

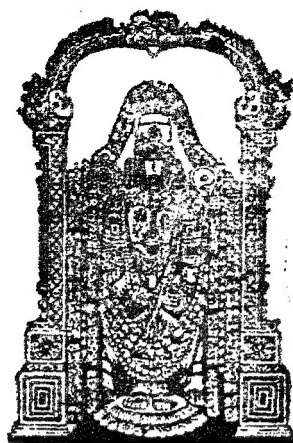


# సాహితీసర్వైద్యము

ఆయుర్వేద విద్య

డా.టి.వి.రాజు

ఈ స



శ్రీనివాసుని సురుచిల చిహ్నవాసు  
 వాసు సమ వాసు సుసుకురవాసుగీన  
 భక్త సంతోషవార్షివిభావరీత  
 సప్త గిరివాసు సతతంబు సంస్కరింతు

THIS BOOK IS PUBLISHED WITH THE  
 FINANCIAL ASSISTANCE OF TIRUMALA  
 TIRUPATI DEVASTHANAMS UNDER THEIR  
 SCHEME AID TO PUBLISH RELIGIOUS  
 BOOKS.



శ్రీకృష్ణ శాస్త్రి విజయ విక్రమయోధుడు చంచల వి  
 భ్రాతృ భావనం వదలని శాంత శరణు బాధి  
 లేకుండ్ర వచ్చుని రక్త నితాంత మక్తి తాల్చి మా  
 రిజన శూర్యభుజ కృతి ప్రతి మెయింగని ప్రోవబే కృపనో.

# ముఖచిత్ర వివరణము

అయుర్వేదావిర్భావక్రమము

1. బ్రహ్మ నలువరాణి (వాణి)
2. దక్షుడు (దక్షప్రజాపతి)
3. అశ్వినీదేవతలు (దేవవైద్యులు)
4. దేవేంద్రుడు
5. భరద్వాజ మహర్షి

“బ్రహ్మణాహి యథాప్రోక్తమాయుర్వేదం ప్రజాపతిః  
జగ్రాహ నిఖిలేనాదావశ్వినౌతు పునస్తతః  
అశ్వీభ్యాం భగవాన్ శక్రః ప్రతిపేదేహ కేవలం  
ఋషిప్రోక్తో భరద్వాజః తస్మాచ్ఛక్రముపాగమత్

అయుర్వేదము బ్రహ్మప్రోక్తము. బ్రహ్మదక్షప్రజాపతికుపదేశ మొనర్చెను. దక్షుని వలన అశ్వినీ దేవతలు, అశ్వినీదేవతల వలన దేవేంద్రుడును అయుర్వేదశాస్త్రమును గ్రహించిరి. తదనంతరము సర్వమానవశ్రేయస్సును కోరి, భరద్వాజుడను బ్రహ్మర్షి అచిరకాల ముననే అయుర్వేదము నంతయు ఇంద్రుని వలన గ్రహించెను.

---

ముఖచిత్రకారులు :

శ్రీ బర్ల ప్రభాకరరావు B. A., ఉపాధ్యాయులు, తుని.

ముఖచిత్రము యొక్క బ్లాక్ :

శ్రీ అమ్మ వేంకట సత్యనారాయణ

Rtd. S.S.S.E.Rly.; Durg at Tuni వారి సౌజన్యముతో

నేమాని కుటుంబ శర్మ

B A. B. Ed.,

తుని,

25-8-93.

రిటైర్డు తెలుగు పండితుడు

పాతబజారువీధి, తుని.

## ప్రస్తావన

డాక్టరు బి.వి.రాజు గారు తమమొదటి రచన యగు “శ్రీరామ స్తవరాజము” ద్వారా సాహితీప్రియులకు సుపరిచితులు విషగ్వర్యులైయుండి, ఆకార్యక్రమములో మునిగి యుండికూడ వారి సాహిత్య పిపాస “సాహితీ సద్వైద్యము” అను మరొక గ్రంథరచనకు వారిని ప్రోత్సహించినది. సాహితీ సద్వైద్యమును నీగ్రంథమును నేను పరిశీలించితిని. ఇది యొక నూతన ప్రక్రియ. ఈ సద్గ్రంథమును గూర్చి, నాకు తోచిన నాల్గుమాటలు ప్రస్తావించదలచి దానిని గూర్చి మీకు పరిచయము చేయుచున్నాడను.

పెద్దనామాత్యుని రచన యగు మనుచరిత్ర మందలి కొన్ని పద్యములలో అమహాకవి ప్రయోగించిన కొన్ని ప్రయోగములను యథాతథముగ గ్రహించి, వానిని ఆయుర్వేదశాస్త్రానుసారముగ విశదీకరించి యున్నారు. చరకసంహిత, సుశ్రుతసంహిత, ధన్వంతరి నిఘంటువు, మున్నగు ప్రసిద్ధవైద్యగ్రంథముల నుండి పెక్కుచోట్ల ప్రమాణ వాక్యములు చూపబడినవి. తాము చెప్పిన ప్రతివిషయమునకు ప్రమాణమవిధముగ చూపబడుట వలన వారి వైద్యవిద్యావిజ్ఞానము విశదమగుచున్నది.

అంతేకాక పలుచోట్ల భగవద్గీత, మహాభారతము, ఆంధ్రమహాభాగవతము, మేఘసందేశము, నైషధము మొదలగు ఊత్కృష్ట గ్రంథములనుండి ప్రయోగములు, ప్రమాణములు, చూపబడినవి.

దీనినిబట్టి డాక్టరుగారి సాహిత్యప్రవేశము మరియు నాధ్యాత్మిక తత్వముగూడ వెల్లడి యగుచున్నదనుట నిస్సందేహము.

ఈ సాహితీ సద్వైద్య గ్రంథమును పఠించుట వలన చాల విషయములు తెలియ గలవు. సామాన్య జ్ఞానము గల వారికి తెలియని ఎన్నో నూతన విషయములు ఆయా సందర్భములలో వెల్లడించి యున్నారు. కొన్ని ఓషధుల ప్రభావము అవి యేయే సమయములందు సేకరించిన మంచి ఫలితముల నొసంగునది, ఆయా సందర్భములలో వెల్లడించబడినది.

ఈ గ్రంథమును రచయిత శ్రీరామచంద్రునకు అంకితము నొసంగియున్నారు. డాక్టరు గారికి ఆయురారోగ్యవిశ్వర్యాభివృద్ధిని, ఇతోధికముగ గ్రంథరచనాశక్తి సామర్థ్యములను యొసగవలయునని కృతి భర్తయగు జానకీరమణుని ప్రార్థించుచున్నాను.

ఈ గ్రంథమును ఆమూలాగ్రముగ చదువుట వలన, ఆయుర్వేద వైద్య విధానమునందలి ప్రాశస్త్యము వెల్లడి కాగలదనుట సంశయరహితము ఈ "సాహితీ సద్వైద్య గ్రంథము" డాక్టరుగారి ప్రతిభను చాటు చున్న దనుటలోనేమాత్రము అతిశయోక్తిలేదు. వారి ప్రజ్ఞప్రశంసనీయము.

ఇట్లు,

విద్యజ్ఞన విధేయుడు

నేమాని కుటుంబశర్మ

అంధ్ర కవిత్వాపితామహుడగు అల్లసాని పెద్దనామాత్యునిచే రచియింపబడినస్వార్థోచితమనుసంభవమను ప్రబంధమద్వితీయము ఈ కావ్యమునకు మనుచరిత్రమను నామము గలదు. సాహితీనిరతులకు సుపరిచితమైన యీ కావ్యము తెలుగు పంచకావ్యములలో ప్రథమము. సంప్రదాయ బద్ధముగా సంస్కృతభాష నభ్యసించవలయుననిన పంచకావ్యముల బరించవలయును. పంచకావ్యములనగా! రఘువంశము, కుమార సంభవము, దేవుసందేశము, భారవి (కీరా తార్జునీయము) మాధుము (శిశుపాలవధ) అరీతిగనే తెలుగుభాషలో పంచకావ్యములు గలవు. మను చరిత్రము, వసుచరిత్రము, అముక్త మాల్యద, పాండురంగ మహాత్మ్యము, శృంగారనైషధము.

పెద్ద నార్యుడు ఆయుర్వేదమధ్యయనమొనరించినట్లు మను చరిత్రమందత్యంతముగా గల ఆయుర్వేద ప్రసక్తిచే స్పష్టమగుచున్నది.

గే. కాయ బాలగ్రహార్యాంగకములునాల్గు  
శల్యదంష్ట్రా జరా వృష సంజ్ఞ నాల్గు  
నైన యష్టాంగకము వాపులార గల్గు  
వైద్యమెనిమిది నెలల సర్వమునునేర్చి.  
(మను చరిత్రము 5ఆ. 15వ)

శ్లో. కాయబాల గ్రహార్యాంగ  
శల్యదంష్ట్రా జరా వృషాన్  
అష్టావంగాని తస్యా హుః  
చికిత్సాయేషు సంశ్రేతా  
(అష్టాంగహృదయము)



ఈ శ్లోకమునకు పై పద్యము యొక్క మూడు పాదములు సమమగు అనువాదము. మరియు మనుచరిత్రము షష్ఠాశ్వాసమున దశావతారస్తోత్రములో 113 పద్యమునందు సప్తధాతువులని జెప్పబడినది. సప్తధాతువులనగా! రసము, రక్తము, మాంసము, మేదస్సు అస్తి, మజ్జ, శుక్రము (రసాస్పృజ్మాంసమేదోస్థి మజ్జ శుక్రాణి ధాతవః) శరీరమును ధరించును గావున ధాతువులనబడుచున్నవి.

మను చరిత్రమునందలి వర్ణనలు అసదృశము పద్యములతి రస వత్తరములు. ఇందు బ్రయోగింపబడిన పదజాలమతి రమ్యము ఈపదములను కొన్నిటిని గ్రహించి, ప్రకరణములుగా రూపొందించి "సాహితీ సద్వైద్యము" అనునామముతో సాహిత్యమునాయుర్వేదము నాధ్యాత్మికతత్త్వమును సమన్వయముజేసివ్రాసినాడను. ఈగ్రంథము పండితులకు, పండితేతరులకు నుపయుక్తమగుచో నీకృషిసాఫల్యము నొందినట్లు భావించెదను.

సాహితీ సద్వైద్యమును యీ గ్రంథమందలి విషయములు మానవాళికవశ్యమాచరణీయములు మానవ జీవితమాయుర్వేద శాస్త్ర పద్ధతులననుసరించి ప్రవర్తిర్లినదనుప నిర్వివాదము. కావున వైద్య శాస్త్రమునకతి ప్రాశస్త్యము కలదు. అట్టిపవిత్రమగు ఆయుర్వేదము నభ్యస్తమొనరించిన వారలను ద్విజులని శాస్త్రమున నుడవబడినది.

"విద్యా సమాప్తాభిషజాం ద్వితీయాజాతిరుచ్యతే  
నవైద్యోవైద్యశబ్దంహి లభతే పూర్వజన్మనా"  
విద్యా సమాప్తావార్షంవా బ్రహ్మంవా భిషజం ధృవం  
సత్వమావిశతి జ్ఞానాత్తేన వైద్యోద్విజస్స్మృతః

ఆయుర్వేద శాస్త్రపద్ధతులతో నలరారు మనుచరిత్రమతి ప్రశస్తము. ఇందలి వైద్యవిషయములను వ్యక్తమొనర్చు శక్తిని నాకొసంగిన కరుణరస భరితాంతః కరణుండగు పరమేశ్వరుని సర్వదా ప్రార్థించి చున్నాడను.

సీ. వ్రాసితి దొల్లి శ్రీరామ పూర్వాయత  
 స్త వరాజ కృతిని సత్కవినివహము  
 ప్రాజ్ఞలోకంబులు భక్తవరేణ్యులు  
 సంతసంబును పొంద సంస్కృతమున  
 సాహసంబలరగ స్వారోచిషా హ్వయ  
 మను సంభవస్థిత మహిత వైద్య  
 శాస్త్ర పద్ధతులను సంకలనము జేసి  
 సాహితీ సద్వైద్య సార్థకమున

తే. తెనుగు వాఙ్మయ కలిత వచన రచన సు  
 బోధకంబగు తెలుగున బుధులు మెచ్చ  
 కావ్య నిర్మాణ మొక పుణ్యకార్యమనుచు  
 సంతరించితి శ్రీరామ చంద్రుకరుణ.

క. నూతన గతి నలరారెడు  
 యేతత్కాహిత్యవైద్య మిలసత్ప్రాజ్ఞ  
 వ్రాతంబున కామోద  
 ఘృతిన్ విలసిల్లుగాత కమనీయంబై.

తుని,  
 28-8-93.

ఇట్లు,  
 విద్యజ్ఞన విధేయుడు  
 బి. వి. రాజు

## కృతజ్ఞతలు

గ్రంథముద్రణ కొరకు ఆర్థిక సహాయ మోసంగిన  
 తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానము వారికి,  
 సహృదయతతో ప్రస్తానన వ్రాసి ఇచ్చిన  
 బ్రహ్మశ్రీ నేమాని కుటుంబ శర్మగారికి,  
 అత్యంత రమణీయముగా ముఖచిత్రమును రూపొందించిన  
 సహృదయులగు శ్రీ బర్ల ప్రభాకరరావు గారికి,  
 శ్రీ అమ్మ వెంకటసత్యనారాయణ గారికి,  
 గ్రంథముద్రణ విషయమై నాకు చేదోడు వాదోడుగ  
 నుండిన సన్నిహితులగు శ్రీ K.V. సూర్యనారాయణ M Sc గారికి

## ధన్యవాదములు

అతి సుందరముగా గ్రంథమును ముద్రించిన  
 రాధాకృష్ణ ప్రెంటర్స్ ప్రొప్రయిటర్ శ్రీ బాలేపల్లి గంగరాజుగారికి  
 మరియు వారి పరివారమునకు

## కృతజ్ఞతానమస్సులు

# ఇష్టదేవతాఁ డి స్తవములు

గణపతి స్తోత్రము

తే॥ పుత్రసిందూర సందోహ మందరాంగు  
మందహాసరసాన్ని తానందు వరదు  
పార్వతీ పుత్రునిభవత్పు బంచహస్తు  
మన్మనోరథసిద్ధికిన్ మదినిదలతు.

సరస్వతీస్తుతి

క॥ వాణీన్ వందిత సతు గీ  
ర్వాణీన్ నాళికసంభవ ప్రియరాణీన్  
వీణాయత మృదు పాణీన్  
పాణిద్వంద్వంబు మోడ్చిప్రస్తుతి జేతున్.

శ్రీధన్వంతరి స్తవము.

క॥ శరణాగత బుధజన స  
ద్వరదుడు పీయూషకుంభధరుడుం ధరణీ  
ధరుడక్షరుడౌ ధన్వం  
తరి మత్కృతకృతిని జేయుత సఫలమలరన్

సీ॥ అమృత కుంభంబు దివ్యాషధంబులు గర  
పల్లవంబుల యందు ప్రబలు వాని  
చక్రంబు ఘన పాంచజన్యంబులుపరి హ  
స్తంబుల నిరతంబు చాల్చువాని  
సర్వామయంబుల సమయింప జేయుచు  
నాది నైద్యుండునై యలరువాని  
భవ బంధముల నుండి భక్త సంతతి నెల్ల  
గరుణార్ద్ర ధృష్టితో గాచువాని

తే॥ కనక గర్భాది దేవతా గణవినుతుని  
యఘవిదూరుని శుభకరునమిత భక్తి  
దలతు ధన్వంతరిని సంతతంబు కావ్య  
మిలను విశ్రుతమై రహించు కొరకు

### పండితప్రశంస

శా॥ సాహిత్యాయత వైద్యశాస్త్రవిలసత్ సద్ధర్మసంయుక్త స  
న్యూహామోదవిరాజమాన వరకావ్యోత్కృష్టతన్ సన్మతిన్  
యూహింపందగువిజ్ఞులంగొలిచెదన్యుక్తిన్మెయిన్ముందుగన్  
సాహిత్యామృత వార్ధి మగ్నవిమల స్వాంతుల్ సదా కోవిదుల్

క॥ భారత రామాయణముల  
ధీరతతో రచనజేసిధీయుతులొయా  
సూరి వరులకిర్వురకున  
నారతమును భక్తి మీఱనంజలిజేతున్

### గురుద్యయప్రస్తుతి

శో॥ దేవ విద్యా ధ్యాపకంచ జ్ఞానతత్త్వ ప్రబోధకం  
ముహూర్ముహూరహం వందే గురుం సోమకవీశ్వరం

శో॥ గురుంసుబ్రహ్మణ్య శాస్త్రిం శాస్త్రపారంగతం వరం  
భిషగ్రత్నం వైద్య విద్యా ధ్యాపకం నామి సంతతం.

# స్వారోచిష మను చరిత్రాంతర్గత స్వీకృత పద్య రత్న ముఖ

ఆ పురిబాయకుండు మకరాంక శశాంక మనోజ్ఞమూర్తిభా  
షాపరశేష భోగివివిధాధ్వర నిర్మల ధర్మ కర్మ దీ  
క్షాపరతఃత్రుడంబురుహగర్భకులాభరణంబనారతా  
ధ్యాపనతత్పరుండు ప్రవరాఘ్నుడలేఖ్యతనూవిలాసుడై

1ఆ. 51

సీ॥ వరుణాతరంగిణీ దర వికస్వరనూత్న  
కమల కషాయ గంధము వహించి  
ప్రత్యూష పవనాంకురములు పెకొనువేళ  
వామనస్తుతి పరత్వమునలేచి  
సచ్చాత్రుడగుచు నిచ్చలునేగి యయ్యేట  
నఘమర్షణ స్నానమాచరించి  
సాంధ్యకృత్యము దీర్చి సావిత్రిజపియించి  
సైకతస్థలి గర్మసాక్షి కెఱగి

తే॥ ఫలసమిత్కుశకుసుమాది బహు పదార్థ  
తతియునుదికిన మడుగు దోవతులు గొంచు  
బ్రహ్మచారులు వెంటరా బ్రాహ్మణుండు  
వచ్చునింటికి బ్రజదన్ను మెచ్చిచూడ

1ఆ. 54

శీలంబుంగులమున్ శమంబుదమముం జెల్వంబులే బ్రాయముం  
బోలంజూచియితండు పాత్రుడని యే భూపాలు డీ వచ్చినన్  
సాలగ్రామము మున్నుగా గొనడు మాన్య క్షేత్రముల్ పెక్కుచం  
దాలంబండు నొకవ్వుడుందరుగదింటం బాడియుంబంటయున్.

1ఆ. 55

ముడిచినయొంటి కెంజెడ మూయ మువ్వన్నె  
 మొగముతోలు కిరీటముగ ధరించి  
 కకపాలకేదారకటక ముద్రితపాణి  
 గురుచలాశాముతో గూర్చిపట్టి  
 యైజేయమైన యొడ్డాణంబులవణిచే  
 నక్కళించిన పొట్ట మక్కళించి  
 యారకూటచ్చాయనవఘళింపగజాలు  
 బడుగు దేహంబున భస్మమలది

మిట్టయురమున నిడు యోగ పట్టెమెరయ  
 జెవుల రుద్రాక్ష పోగులు చవుకళింప  
 గావికుబుసంబు జలకుండిక యును బూని  
 చేరెదన్గేహ మౌషధ సిద్ధుడొకడు

1అ. 59

ఇట్లు చనుదెంచు పరమ యోగీంద్రుగాంచి  
 భక్తి సంయుక్తి నెదురేగి ప్రణతుడగుచు  
 అర్ఘ్యపాద్యాది పూజనం బాచరించి  
 యిష్టమృష్టాన్న కలన సంతుష్టుజేసి.

1అ. 60

పరమంబైనరహస్య మౌనయిన తాపంజెప్పెదన్ భూమిని  
 ర్జరవంశోత్తమ పాదలేపమను పేరంగల్గు దివ్యాక్షధం  
 పురసంబీశ్వరసత్కృ పంగలిగెదద్భూరి ప్రభావంబునం  
 జరి యింతుంబవమానమానసతిరస్కా రిత్వరాహం కృతిన్.

1అ. 75

ఇంతలు కన్నులుండదెరువెవ్వరివేడెదు భూసురేంద్రయే  
 కాంతము నందునున్న జవరాండ్ర నెపంబిడి పల్కరించులా  
 గింతి యకాక నీవెఱుగవేమును వచ్చిన త్రోవ చొప్పు వీ  
 కింత భయంబు లేకడుగనెల్లి దమైతిమె మాటలేటికిన్.

2. అ. 41

దాన జపాగ్ని హోత్రపరతంత్రు డనేని భవత్పదాంబుజ  
 ధ్యానరతుండనేని బరదారధనాదుల గోరనేని స  
 న్మానముతోడనన్ను సదనంబున నిల్పు మినుండు పశ్చిమాం  
 భోనిధిలోన గ్రుంకకయమున్నరయంబున హవ్యవాహనా.

ని. 76

# ప్రకరణములు

1. అలేఖ్యతనూ విలాసుడు.
2. ప్రత్యాషపవనాంకురములు.
3. అఘమర్షణ స్నానము.
- 4 సావిత్రి జపించి
5. కర్మసాక్షి కెఱిగి
- 6 అర్ఘ్యసాద్యాది పూజనము
7. దానజపాగ్ని హోత్రపరతంత్రుడు.
8. పరదారధనాదులు
9. ఇష్టమృష్టాన్నము.
10. ఇంతలుకన్నుడు.
11. కౌషధ సిద్ధుడు.
12. పాదలేపము.



# 1. అలేఖ్యతనూ విలాసుడు

అలేఖ్యతనూ విలాసుడవగా! చిత్తరువునందు వ్రాయ  
నలవిగాని రూపముగలవాడు, అత్యంత సౌందర్యవంతుడని  
అర్థము.

ఈ సౌందర్యము రసాయన విధానముచే సాధ్యము.  
ఆయుర్వేదమునందు రసాయనిక చికిత్సా విధానమనునది  
కలదు. ఏ చికిత్సా విధానముచే మానవుడు పరిపూర్ణుడో,  
వంతుడై, అకాల వృద్ధత్వము నొందక, దీర్ఘాయువు గల్గి  
యుండునో! ఆ చికిత్సా విధానమును రసాయనిక చికిత్స  
యందురు.

రసాయనిక చికిత్సా విధానముచే దీర్ఘాయుస్సు, నేత్ర  
హితకరము, దేహబృంహణము, వీర్యవర్ధకము, జ్ఞాపకశక్తి,  
ధారణాశక్తి, ఆరోగ్యము, తరుణవయస్సు, అవయవ  
బలము, శరీరకౌంతి, స్ఫురద్రూపము లభించును.

రసాయనిక ప్రయోజనము నభిలషించు మానవులు  
సమస్తభూత సమహితత్వము, సత్త్వవ్రత పరాయణత్వము,  
ధర్మాచరణత, దానశీలత, జైవభక్తి, ధైర్యము, శ్రద్ధ,  
శుచిత్వము, సౌశీల్యము, శాంతము, సద్వృత్తాచరణము,  
జితేంద్రియత్వము, బ్రహ్మచర్యము, అక్రోధము, యుక్త  
మగు నిద్ర, యుక్తమగు జాగరణ అనానీ సద్గుణముల బొంది  
యుండదగి యున్నది.

మనుచరిత్రము ప్రథమాశ్వాసము 51, 54, 55 పద్యములు, మఱియు ద్వితీయాశ్వాసము 53.76 పద్యములయందు పేర్కొనబడిన ప్రవరుని యొక్క సద్గుణ సచ్ఛిలతచే, ప్రవరాఖ్యునకు రాసాయనికక్రియ సిద్ధించి అశేఖ్యతనూ విలాసత్వము ప్రాప్తించి యున్నది కేవలము బాహ్యసౌందర్యమే కాక అంతస్సౌందర్యము గల్గియుండుటత్యంతావశ్యకము. అంతస్సౌందర్యమున్నచో బాహ్య సౌందర్యము స్వతస్సిద్ధముగనే సంభవించగలదు.

ఆయుర్వేదమష్టాంగములను యెనిమిది చికిత్సా విధానములతో గూడియున్నది. అష్టాంగములనగా! కాయచికిత్స, బాలచికిత్స (కుమారభృత్యము), గ్రహచికిత్స (భూతవిద్య), ఊర్ధ్వాంగ చికిత్స (శాలాక్యము), శల్య చికిత్స, దండ్రాచికిత్స (విషచికిత్స), రసాయన చికిత్స వాజీకరణ చికిత్స.

ఆయుర్వేదమున రసాయనక్రియ కతిప్రాధాన్యత కలదు. రసాయన విధి వాతాతపికమనియు. కుటీప్రపావేశికమనియు రెండు విధములు. రసాయన విధానమును మానవుడు పూర్వ వయస్సునగాని, మధ్యమ వయస్సునగాని, యాచరించవలయును. ఆయుర్వేద శాస్త్రమున, రసాయన విధానమునాచరించిన మహర్షుల నామములను, మఱియు నోషధుల నామముల నాధారముగ, చ్యవనప్రాశరసాయనము నారసింహరసాయనము, ఆమలక రసాయనమాదిగాగల రసాయనాషధములన్నియో వివరింపబడియున్నవి.

శీతోదకము, క్షీరము, తేనె, ఘృతము వీనిలో

ఒక్కటిగాని, రెండుగాని, మూడుగాని, అన్నిటినిగాని, ప్రాతః  
కాలముననే మనుజుడు పానమొనరించుచుండునో! ఆ మనుజు  
నకు రసాయనసిద్ధి ప్రాప్తించును. మతీయు అశ్వగంధా  
చూర్ణమును క్షీరముతోగాని ఘృతముతోగాని ఉష్ణోదకముతో  
గాని, సేవించిన రసాయన ఫలితము సమకూరును. సతతము  
ఆమలక రసమును (ఉసిరిక పండ్ల రసమును) సేవించుచుండిన  
నిశ్చయముగ రసాయన గుణము కలును.

రసాయన ప్రయోజనము నభిలషించు మానవుడు నిషి  
ద్ధముగాని యాహారము, శాస్త్రమునందు నిర్దేశింపబడిన  
యాచారము, త్రికరణకుద్ధికల్గిన కర్మలననుసరించుటయందు  
ప్రయత్నము గలవాడై యుండవలయును.

రసాయన విధానము నాచరించు వారలు కేవలము  
దీర్ఘాయుష్మంతులగుటయేగాక, దేవతలయొక్క, మహర్షుల  
యొక్క గతినిగల్గి, శాశ్వత బ్రహ్మపదమును పొందు  
చున్నారు.

రసాయన విధానమును గూర్చి, అష్టాంగహృదయ  
మునందీ విధముగా కలదు.

దీర్ఘమాయుః స్మృతిః మేధామారోగ్యం తరుణం వయః  
ప్రభావర్ణస్వరౌదార్యం దేహేంద్రియ బలాదయం  
వాక్సిద్ధిం వృషతాం కాంతిమవాప్నోతి రసాయనం”  
“బ్రహ్మచారి ధృతియుతః శ్రద్ధదానో జిజ్ఞేంద్రియః  
దాసశీల దయా సత్యవ్రత ధర్మపరాయణః

దేవతానుస్మృతియుతః యుక్తస్వప్న ప్రజాగరః”  
 “సత్యవాదినమక్రోధమధ్యాత్మ ప్రవక్షేఽద్రీయం  
 శాంతం సద్వృత్తనిరతం విద్యాన్నిత్య రసాయనం”

షణ్డీయు నాంధ్రమహాభారతమునందీ విధముగా రసాయనమును గూర్చి నుడువబడినది

“తపమునను బ్రహ్మచర్యవ్రతమున హితమి  
 తాశనమున రసాయనాభ్యాసమునను  
 బెరుగునాయు నాక్రియలపై నరుడు ప్రీతి  
 గలుగుటయు బూర్వభవకృత కర్మఫలము.



## 2. ప్రత్యాష పవనాంకురములు

ప్రత్యాష పవనాంకురములనగా! వేకువజామున వీచు పిల్ల వాయువులు మందిమారతములని పేరు. అట్టి వాయువులు వీచు సమయము బ్రహ్మముహూర్తకాలము. “బ్రాహ్మే ముహూర్తే ఉత్తిష్ఠేత్ స్వస్థోరక్షార్థమాయుషః”  
(అష్టాంగ హృదయము)

సదా ఆరోగ్యముగోరు చునుజుడు, బ్రహ్మముహూర్త కాలమున (నూర్వ్యోదయమునకు నాల్గు ఘడియలు ముందు అనగా 1 1/2 గంటలుముందు) నిద్రనుండి మేల్కొన వలసి యున్నది. భగవత్పరపూజాది కర్తవ్యచరణకు బ్రహ్మ ముహూర్త కాలమతి ప్రశస్తము. ఆ సమయమున మనస్సు అన్నచింతా రహితమై, నిశ్చలముగా నుండును. బ్రహ్మ ముహూర్తకాలమునుగూర్చి శ్రీమద్రామాయణమున “కాసల్యా సుప్రజా రామ పూర్వాసంధ్యా ప్రవర్తతే ఉత్తిష్ఠనరశార్దూల కర్తవ్యం వై వమాహ్నికం”

యజ్ఞసంరక్షణార్థమై, విశ్వామిత్రుడు రామ లక్ష్మణులను దోడ్కొని పోవుచూ, మార్గమధ్యమున సరయూనదీ తీరమున రాత్రి సమయమునందు పర్ణనంతర శాయయైన శ్రీరామ చంద్రుని గూర్చి “కాసల్యా సుప్రజారామ” “నరశార్దూల” అని మృదుమధురమైన వాక్కులతో బ్రహ్మ ముహూర్తకాలముననే మేల్కొల్పినట్లు కలదు.

నిదురయొక్క నిర్వచనమాయుర్వేదము నందీవిధముగా జెప్పబడినది.

“యదాతు మనసి క్లాంతే కర్మాత్మానః క్షమాన్వితాః  
విషయేభ్యో నివర్తంతే తదా స్వపితి మానషః”  
(చరక సంహిత)

మనస్సు అమితముగా నలసట జెందినపుడు అట్టి మనస్సుచే బ్రేరితములైన అవయవములు, స్వవిధులయందు బ్రవర్తించి బహుళిక జెంది, తమ కృత్యములనుండి నివర్తింపబడి, మనస్సున లీనమగును. అదియే నిద్ర. మఱియు

“నిద్రాయత్తం సుఖం దుఃఖం పుష్టిః కార్శ్యం బలాబలం  
వృషతా క్లేబతా జ్ఞానమజ్ఞానం జీవితం నచ”  
(చరక సంహిత)

శరీరమునకును, మలస్సునకును సంబంధమగు సుఖము, దుఃఖము, పుష్టి, కృశత్వము, బలము, బలహీనత, పుంసత్వము, వపుంసకత్వము, జ్ఞానము, అజ్ఞానము, జీవితము, మరణము అనునవి నిద్రాయత్తములై యుండును.

“తమో భూయిష్ఠానామహస్సు నిశాసుచ భవతి  
రజో భూయిష్ఠానామనిమిత్తం సత్త్వ భూయిష్ఠానామర్ధరాత్రౌ”  
(సుశ్రుత సంహిత)

తమోగుణాధిక్యతగల మానవులకు రాత్రుం బవలును నిదుర కల్గును. రజోగుణ భూయిష్ఠులకు అనిమిత్తముగా నేనమయమందైనను నిద్రకలుగును. సత్త్వగుణ బాహుళ్యము

వలన అర్థరాత్రియందు నిద్రకల్గును. సత్తరజస్త్ర మో గుణముల గూర్చి, యీ గ్రంథమునందలి “వరదార ధనాదులు” అను ప్రకరణనందు విపులముగా వివరింపబడినది.

ఆరోగ్యమనగా! శరీరము, మనస్సు, స్వస్థతతో నుండుట.

“సత్తమాత్మా శరీరంచ త్రయమేతత్ త్రిదండవత్  
లోకస్తిష్ఠతి సంయోగాత్ తత్రసర్వం ప్రతిష్ఠితం”  
(చరక సంహిత)

మనస్సు, ఆత్మ, శరీరము యీ మూడును కలసి, మూడు కంబములబోలె, లోకమున జంగమ రూపమగు జీవ సముదాయమునకాధారమై యున్నది. జంగమములనగా! ఉద్భవించిన చోటుననే యుండక పలుతెక్షంగుల సంచరించు స్వభావము, శక్తియుగల మానవులు, మృగములు, పక్షులు, మొదలగునవి. స్థావరములనగా! ఉద్భవించిన స్థానముననే యుండి, వృద్ధిబొంది, కాలాంతరమున అంతమైందు వృక్షములు మొదలగునవి. స్థావరములు (IMMOVABLE) జంగమములు (MOVABLE). ఈ దృశ్యమాన ప్రపంచమంతయు స్థావరజంగమాత్మకము. “త్రయమేతత్ త్రిదండవత్” అనుటవలన. సత్త్వాత్మ శరీరములు మూడును కలసియే లోకమున కాధారభూతమని గ్రహించవలసి యున్నది. మూడు కాళ్లు గలిగిన త్రిపదియందు, దానినాధారముగజేసి యొక వస్తువు స్థిరముగ నిలచియుండును. ఆ కాళ్లలోనొకటి లేచిచో నిలువ సంభవముకాదు. ఆ రీతిగనే సత్త్వాత్మ శరీరములు

మూడును కలసినచో లోకమునకాధార మగునుగాని, అందొకటి లేనిచో జీవితము నిలచుట యసంభవము. సత్త్వాత్మ శరీరముల కలయిక జీవితమని చెప్పబడును. అట్టి జీవితము పరిపూర్ణారోగ్యవంతమైయుండవలయును. ఆరోగ్యవంతుడైన మానవుడు ధర్మార్థకామ మోక్షములు అను చతుర్విధ పురుషార్థముల బొందగలడు. “ధర్మార్థకామ మోక్షాణామారోగ్యం మూలముత్తమం” అని ఆర్యోక్తి.

ఈ సర్వప్రపంచమున కాధారభూతమైనది. ధర్మము. అట్టి ధర్మము నిశ్శేషముగ నిర్మూలమైనచో, ప్రపంచము నకు హాని సంభవించుట నిశ్చయము. కావున ధర్మయుతమగు జీవితమును నిర్వహించవలయునని. మహర్షులు ధర్మ శాస్త్రముల వలన బోధించియున్నారు.

అర్థమనగా! సువర్ణము మొదలగు ధనకాపమైనది. మానవ జీవితమున కర్థమావశ్యకము గావున ధర్మయుతముగనే అర్థమునార్జింప వలసియున్నది. అధర్మముగనార్జించిన అర్థమనర్థదాయకము.

కామమనగా! ఇహలోకమునకు సంబంధించిన స్త్రీ సుకౌఠి సుఖానుభవము. మతీయు పరలోక సంబంధమగు స్వర్గాదుల యంగలి కోరిక. కామము సృష్టికార్యమునకాధార భూతము. అట్టి పవిత్రమగు కామమును ధర్మవిరుద్ధముగ నొనరించుట దోషము.

మోక్షమనగా! అనేక జన్మల నుండి పొందుచున్న,



జవన మరణ యాప సంస్కారమును త్యజించి, జ్ఞానముచే బొందదగిన జనన మరణ రహిత శాశ్వత స్థానము.

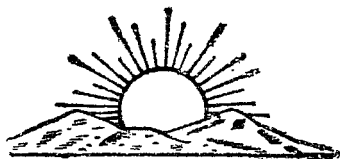
ఇవియే ధర్మార్థకామమోక్షములను చతుర్విధ పురుషార్థములు.

అర్థకామమోక్ష సాధనకు ధర్మము ముఖ్యము. గాన ధర్మము తొలుతనుడువబడినది ధర్మరహితజీవితమువ్యర్థము. అట్టి ధర్మాచరణకు శరీరము. ముఖ్యము “శరీరమాద్యంఖలు ధర్మసాధనం” శరీరమును పవిత్రమగు ఆహార విహారదులచే పరిరక్షింపదగియున్నది. వైద్యశాస్త్రమున ధర్మాచరణ కతిప్రాముఖ్యతకలదు వేదప్రోక్తములగు ధర్మములాయుర్వేదమునంగలవు

ఆయుర్వేదము బ్రహ్మప్రోక్తము, బ్రహ్మ దక్ష ప్రజాపతి కుపదేశమునర్చెను. దక్షుని వలన అశ్వనీదేవతలు, అశ్వనీ దేవతలవన దేవేంద్రుడు నాయుర్వేద శాస్త్రమును గ్రహించిరి. తదనంతర నుంగిరాది మహర్షులొకసమయమున, హిమవత్పర్వత సాంతమునందుఁబవిష్టులై, ధర్మార్థకామ మోక్ష చతుర్విధ పురుషార్థ సాధనము కొఱకు. మానవులకు రోగములు విషు క్షూతములు గావున, అట్టి రోగనిరోధ నివారణార్థమై, సర్వనూనవ శ్రేయస్సునుగోరి, భరద్వాజుడను బ్రహ్మర్షిని, ఆయుర్వేద శాస్త్రము నభ్యసించు నిమిత్తమింద్రుని కడకనుపుటకు నియోజించిరి. ధీశాలియగుభరద్వాజుడింద్ర భవనమునకేగి, ఇంద్రునిగాంచి అభినందన పూర్వకముగా నింద్రునాశీర్వదించి, ఆయుర్వేదము నుపదేశింపుమని భరద్వా

జుడిండునిగూర్చి పలుకనిండుడు కను సంతసించి, బ్రహ్మ ప్రోక్తమగు నాయుర్వేదమును, యథాతథముగా బోధించెను. తపస్సాస్వధ్యాయ నిరతుడగు భరద్వాజు డచిరకాలముననే యాయుర్వేదముసంతయు గ్రహించెను. పిమ్మట భరద్వాజుని పలన ఆశ్రేయిగాది మహర్షులు, ఆశ్రేయినివలన అగ్ని వేశాది మహర్షులు ఆస్థురు గ్రహించిరి.

అష్టాంగ సంయుక్తాయుర్వేదశాస్త్రమునందలి స్వస్థవృత్త సద్వృత్త ప్రకరణమున, మానవాచరణీయములగు సదాచారములను, ఆహారవిహారాదులను, విపులముగా వివరించుచూ, బ్రహ్మముహూర్త సమయమందాయురారోగ్య పరిరక్షణార్థమై, నిద్రనుండి మేల్కొన వలయునని పేర్కొనబడి యున్నది.



### 3. అఘమర్షణ స్నానము

“స్నానమూర్జ్వాబలప్రదం

కండూమలశ్రమస్వేద తంద్రాత్పత్ దాహపాష్పజీత్”

(అష్టాంగ హృదయము)

స్నానము జేయుట వలన ఓజస్సు, బలము, గల్గును. దురవలు, మలినము, నిర్మాలమగును. శరీరపరిశ్రమ, స్వేదము దాహము, ఆకలి, కునిగిపాట్లు, తొలగిపోవును. పాపములు నశించును.

పాపములు నశించుట అఘమర్షణస్నానము వలన సాధ్యము. గాయత్ర్యాద్యమర్షణ మంత్రముల బఠించుచూ నీట మునిగిచేయు స్నానమును, అఘమర్షణ స్నానమందురు, మఱియు యజ్ఞకర్మానంతర మొనరించు స్నానము అవభృథ స్నానము. వివాహాత్పూర్వ మాచరించు స్నానము మంగళ స్నానము. సర్వమంగళయగు పార్వతీదేవి వివాహాత్పూర్వము మంగళ స్నానముచే విశుద్ధగాత్రియైనట్లు, కుమార సంభవ మహా కావ్యముననీరీతిగా వర్ణింపబడినది.

“సా మంగళస్నాన విశుద్ధగాత్రీ

గృహీత పత్యుద్గమనీయ వస్త్రా

నిర్వృత్త పక్షన్య జలాభిషేకా

ప్రపుల్లకాశా వసుధేవ రేజే”

స్నానానంతరము సంధ్యావందనము. గాయత్ర్యాది మంత్రజపాదుల నొనరించవలసి యున్నది. సత్కర్మానుష్ఠాన

రహిత స్నానము నిర్దేశము. కేవలము శరీర పరిశుభ్రత కొరకు మాత్రమే స్నానము నిర్దేశింపబడలేదు. ఉషఃకాలమున జేయుస్నానము పవిత్రము. కావుననే మహర్షులు ఉషఃకాలముననే స్నానమొనరించినట్లు, శాస్త్రములవలన గ్రహించవలసియున్నది. సూర్యోదయా త్పూర్వమున జేయు స్నానము మధ్యమము. ఇక సూర్యోదయానంతరమున జేయు స్నానమునకు ప్రాధాన్యత ఉహ్యము.

స్నానము నగ్నముగా (NAKED) నొనరించుట వైద్యశాస్త్రమున నిషేధము విధింపబడినది. “ననగ్న ఉపస్సృశేత” అని యమునానదీయందు నగ్నస్నానములంజేయు గోపికలం గూర్చి, శ్రీకృష్ణుడు యీ విధముగా పలికినట్లు ఆంధ్ర మహాభాగవతమున గలదు.

“వ్రతనిష్ఠలైయుండి వ... వజ్రగట్టక నీరుసాతురె మీరు నియతి దప్పి” స్త్రీలకు నగ్నస్నాననిషేధము శాస్త్రవిహితము కాదు. కాని వ్రతనిష్ఠలైయుండి, నగ్నముగా నదియందు స్నానముజేయుట నిషిద్ధమని గ్రహించదగియున్నది. పురుషులు ఏవిధియందైనను, ఏ ప్రదేశమునందైనను నగ్నముగా స్నానము జేయజనదు.

గృహస్థ దీక్ష కొరకు పరమార్థమునరించు సమయమందు “న నగ్న స్నాయాం” నగ్నముగా స్నానము జేయు నొల్లను అను వేద వాక్యమెల్లకు విదితమే. గాన వేదము నాయుర్వేదము ననుసరించి, నగ్న స్నానము నిషిద్ధము.

కూపోదకము (నూరినీరు), తటాకోదకము చెఱువునీరు,

మఱియు నదీజలము స్నానార్థముపయుక్తము ఇతిదు కూప  
తటాక జలముకంటె, ప్రవహించుచున్న నదీజలము (జీవనదీ  
జలము) ప్రశస్తము.

నదీజలము మానవుల యొక్క పాప సముదాయమును  
పరిమార్చునని మాఘకావ్యమునందీ విధముగా కలదు.

“అశేష తీర్థోపహృతాః కమండల  
ర్నిధాయ వాణావృషిణాభ్యుదీరితాః  
అఘాఘ విధ్వంస విధౌ పటేయసీ  
ర్నతేన మూర్ధ్నా హరిరగ్రహీదః”

అశేషతీర్థోపహృతమైన జలమును, కమండలమునుండి  
హస్తమునందిడుకొని నారదమవార్షి ప్రోక్షింపగా, పాప  
సమూహమును వినాశసమునర్ప సమర్థతగల యా జలమును,  
సతమస్తకముతో శ్రీకృష్ణుడు స్వీకరించెను.

ఇచ్చట నీ వరణ తెలియదగియున్నది నదీజలము  
పవిత్రము, పాపహరము అని శాస్త్రప్రమాణమైనను, మను  
జులు ప్రయత్న పూర్వకముగా నొనరించు పాపకర్మలు  
నదీస్నానముచే హరింపబడుట అనంభవము. ఇక మానవుల  
నిత్యదినచర్యలో నవ్యక్తముగా జరిగిన పాపములు మాత్రము  
ప్రత్యహమైనర్చు నిత్యనైమిత్తిక స్నానాద్యనుష్ఠాన పుణ్య  
కార్యముల పలన తొలగునని తెలిసికొనదగియున్నది.

శరద్రుతువునందు (ఆశ్వయుజ కార్తీక మాసములు)  
ప్రవహించుచున్న నదీజలము, స్నానపానములకు కడు యోగ్య  
మని ఆయుర్వేదశాస్త్రమున “శుచి హంసోదకం నామ

నిర్మలం మలజీజ్ఞలం” అని చెప్పబడినది. ఆ ఋతువునందు, నదీజలము, పగలు సూర్యరశ్మివలనను, రాత్రి చంద్ర కిరణముల వలనను, పరిశుభ్రతనొందును. అందుచే నా జలమును హంసోదకమందురు. హంసోదకమనగా! హంసలు పానము జేయదగిన నిర్మలమైన జలము. హంస యన సూర్యునకు, చంద్రునకు వర్ణము కలదుగాన సూర్యచంద్రులచే పరిశుభ్రమైన జలముగావున హంసోదకము. నదీజల స్నానము గూర్చి మేముసందేశ కావ్యమునందు

“భర్తుః కంఠచ్ఛవిరితిగజైః సాదరం వీక్ష్యమాణః  
పుణ్యం యాయాస్త్రిభువన గురోర్ధామ చరడీశ్వరస్య  
ధూళోద్ధానం కువలయరిజోగంధిభిర్గంధవత్కా  
స్తోయక్రీడా నిరత యువతి స్నానశిక్షైర్మరుద్భిః”

క్షలువపూవులధికముగా గలిగిన గంధవతియను నది యందు వనితలు స్నానము జేయుదురని కడురమ్యమైన వర్ణన యీ శ్లోకమునందు గలదు.

మఱియు నాంధ్రమహాభారతము నందు, స్నానముచే పావము తొలగునని యీ విధముగానున్నది.

సితపీతంబులు ధార్యము

లతులమతీ కుసుమకోటియందు గృతస్నా

నతచే పాపము శుచితా

చ్యుతుడగు సుస్నాతుడేని నొడలు దొడసినన్

శ్రీరామలక్ష్మణులు ఉషః కాలముననే స్నానజపము లొనరించినట్లు, రామాయణ మహాకావ్యమున నీరీతిగా కలదు.

“తస్యక్షేః పరమోదారం వచశ్శుశ్రిత్వా నృపాత్మజా  
స్నాత్వా కృతోదకా వీరా జేపతుః పరమం జపమ్”



## 4. సావిత్రి జపియించి

సావిత్రి జపియించి యనగా! గాయత్రీ మంత్రమును జపియించి అని యర్థము.

“ధారయేత్ సతతం రత్న సిద్ధమంత్ర మహాషధీః”  
(అష్టాంగ హృదయము)

మా నవుడు నిత్యము మంత్రమును మననము జేయగని యున్నదని భావము. ఆయుర్వేదమూర్తి సంప్రదాయము. మతియు నాధ్యాత్మికతత్త్వ సంయుతము. కనుక నాయుర్వేద శాస్త్రమున మంత్రమున కతిప్రాధాన్యత కలదు.

శిశువు జన్మించిన తదుపరి శిశువుయొక్క దక్షిణ కర్ణమందు యీ మంత్రమునుద్ఘరించ వలయునని, అష్టాంగ హృదయమునందు గలదు.

“అంగాదంగాత్సంభవసి హృదయాదభి జాయసే  
ఆత్మావై పుత్రనామాసి సజీవ శరదాం శతం”  
శతాయుశ్శత వర్షోసి దీర్ఘమాయురవాప్నుహి  
నక్షత్రాణి దిశోరాత్రి రహశ్చ త్వభిరక్షతు”

గాయత్రీ మంత్రపఠనము వలన మనస్సునకేకాగ్రత లభించును. ఆధ్యాత్మిక చింతనలు చిత్తమునందు స్థిరముగ నిలచును. ఎందరో మహనీయులు గాయత్రీ మంత్రోచ్ఛారణచే నత్యద్భుత శక్తులం బొందినట్లు, గ్రహించ వలసి యున్నది. ఈ మంత్రమునకు సామ్యమగు మంత్రము మరియొకటి లేదనుట యతిశయోక్తికాదు. కంఠ పర్యంతము నీట

మునిగి, స్వరయంత్రముగా నీ మంత్రము బఠించిన, మహాత్తర శక్తి సామర్థ్యములను, మానవుడు పొందగలడని, ప్రాజ్ఞులు పలికి యున్నారు. గాయత్రీ మంత్రము సృష్టికి మూలకారణము మతీయు జగత్కళ్యాణార్థమవతరించిన పరబ్రహ్మస్వరూపిణి.

“న గాయత్ర్యాః పరం మంత్రం” ఇతరములగు మంత్రములకంటె గాయత్రీ మంత్రమున కగ్రస్థానము గల్గింపబడినది.

గాయత్రీ మంత్రమునందలి యిరువది నాల్గు బీజాక్షరములకు నధిదేవతలు కలరు. ఈ యిరువది నాల్గు బీజాక్షరములు, మానవ శరీర నిర్మాణకారణమైన యిరువది నాల్గు తత్త్వములకు సమన్వయము చేయదగియున్నది.

“సర్వభూతానాం కారణమకారణ సత్త్వరజస్తమో  
లక్షణమప్తరూపమఖిలస్య జగతస్సంభవహేతురవ్యక్తం  
నామ. తదేకం బహూనాం తే త్రజ్ఞానామధిష్ఠానం.  
సముద్ర ఇవోదకానాం భావానాం”

“తస్మాదవ్యక్తాన్మహానుత్పద్యతే తల్లింగఏవ”

“తల్లింగాచ్చమహతస్తల్లింగ ఏవాహంకార ఉత్పద్యతే”  
సచత్రివిధో వై కారికస్తైజసో భూతాదిరితి”

“తత్రనై కారికాహంకారాస్తైజస సహాయాత్తల్లక్షణా  
న్యేనై కాదకేంద్రియాణ్యుత్పద్యంతే.

తద్యథా-శ్రోత్ర త్వక్చక్షుర్జిహ్వేఽఘ్రాణ వాగ్మస్తోషఢ  
సాయుపాదమనాంసీతి తత్రపూర్వాణి పంచ

బుద్ధీంద్రియాణి ఇతరాణి పంచ కర్మేంద్రియాణి.

ఉభయాత్మకం మనః”



“భూతాదేరపి తై జన సహయాత్తల్లక్షణాన్వేష  
పంచ తన్మాత్రాణ్యుత్పద్యంతే.

తద్యథా-శబ్దతన్మాత్రం, స్పర్శతన్మాత్రం.

రూప తన్మాత్రం, రసతన్మాత్రం, గంధతన్మాత్రమితి”

“తేషాం విశేషాః శబ్ద స్పర్శ రూప రసగంధాః”

“తేభ్యో భూతాని వ్యోమానిలానలజలోర్వ్యః”

ఏవమేషా తత్త్వ చతుర్వింశతిర్వ్యాఖ్యాతా

(సుశ్రుత సంహిత)

అవ్యక్తము, మహత్తు, అహంకారము, శ్రోత్రత్వక్ చక్షుః  
జహ్వ ప్రాణ వాక్ హస్త ఉపస్తపాయు పాదములు, మనస్సు, శబ్ద  
స్పర్శరూప రస గంధతన్మాత్రాలు, అకాశము, వాయువు, అగ్ని,  
జలము, భూమి; ఈ యిరువది నాల్గు చతుర్వింశతి తత్త్వములన  
బడుచున్నవి.

అవ్యక్తము (మూలప్రకృతి)	—	1
మహత్తత్త్వము	—	1
అహంకారము	—	1
(సాత్త్వికము, రాజసము, తామసము)		
దశేంద్రియములు	—	10
(చేవులు, చర్మము, కన్నులు, నాబుక, ముక్కు యీ అయిదు జ్ఞానేంద్రియములు, వాక్కు, చేతులు, ఉపస్త, పాయువు, పాదములు యీ అయిదు కర్మేంద్రియములు)		
మనస్సు	—	1
పంచతన్మాత్రము	—	5
పంచమహాభూతములు	—	5

ఇరువది యైదవతత్త్వము పురుషుడు (ఆత్మ).

చతుర్వింశతి దీక్షాక్షరయుక్త గాయత్రీమంత్ర పఠన సంభవ ప్రకంపనముల వలన (VIBRATIONS), మానవునకు ఆధ్యాత్మిక పరమగు శక్తి, సంశయరహితముగా సంభవించును.

అవిద్యాధ్వంసినీ, అరిష్టద్యుర్గభేదినీ, సర్వమంగళకారిణీ, శ్రవణానంద దాయినీ యగు గాయత్రీనాథ "సావిత్రి" అని కీర్తింపబడుచున్నది. "సవిత్వద్యోతనాచ్చైవ సావిత్రి పరికీర్తితా" తేజస్వరూపిణి గాన సావిత్రి గాయత్రీ సహస్రనామ స్తోత్రములో "సామగానప్రియా సూక్ష్మా సావిత్రి నామ సంభవా" అని వర్ణింపబడినది. గాయత్రీ మంత్రము దశ శబ్దయుతము. ఈ పదిశబ్దములకు ప్రత్యేకార్థములు కలవు. మరియు నీమంత్రము అనుష్టుప్ ఛందస్సు మూడుపాదముల శ్లోకము. సర్వమానవాళికి సద్బుద్ధినొసంగుమని, పరమాత్మను ప్రార్థించుటయే గాయత్రీ మంత్రము యొక్క అంతర్థము. ఈ కారణము వలననే గాయత్రీ మంత్రము లోక కళ్యాణదాయకము.

శ్రీమద్రామాయణాంతర్గత గాయత్రీ మంత్రము విజ్ఞులకు వివితము. మంత్రసంయుక్తము గావున రామాయణ మహాకావ్యము పండితులకు పారాయణ గ్రంథమై యలరారు చున్నది.

"చరితం రఘునాధస్య శతకోటిప్రవిస్తరం

ఏకైక మక్షరం ప్రోక్తం మహాపాతక నాశనం"

అని నుడువ బడినది. మంత్రము యొక్క మహత్తరశక్తి మరియు సత్ఫలితము, మననము జేయు వారల మన స్థితిని సుసరించి యుండును.

జనకుడు మంత్రోదక పురస్కృతముగా, సీతను రామున కొసగినట్లు రామాయణమున గలదు.

“ఇత్యుక్త్వాప్రాక్షిపద్రాజా మంత్రపూతం జలం తదా”

“ఏకం దత్త్వా తదా సీతాం మంత్రోదక పురస్కృతామ్”

రఘుమహారాజు కొఱకు, వసిష్ఠుడు మంత్రశక్తిచే నిర్మించిన  
రథము సముద్రమునందును, అకాశమునందును, చర్చితములయిం  
దును, సంచరించగలవని, రఘువంశము అను కావ్యమున గలదు.

“వసిష్ఠ మంత్రోక్షణజప్తభావా  
దుదన్వదాకాశ మహీధరేషు  
మరుత్పఖస్యేవ చలాహకస్య  
గతిర్విజఘ్నే నహితద్రథస్య”

“మననాత్ త్రాయతే ఇతిమంత్రః” మననము జేసిన వారలను  
సంరక్షించును గాన మంత్రము, దీక్షతో, నియమవిష్ఠలతో, మంత్రా  
సుష్ఠానమొనరించిన, సత్ఫలితము సంశయరహితముగా సమకూరును

♦ గాయత్రీమంత్రధ్యానము ♦

“యో దేవస్సవితాస్మాకం ధియో ధర్మాది గోచరాః  
ప్రేరయేత్ తస్య యత్ భర్గః తద్వరేణ్యముపాస్మహే”

— ♦ గాయత్రీ మంత్రము నందలి దశశబ్దములకు నర్థము ♦ —

“తది” త్యనందనందాయ ఫలం యజ్ఞతపఃక్రియా  
చానక్రియాశ్చ వివిధాః క్రియంతే మోక్షకాంక్షిభిః

సవితాసర్వభూతానాం సర్వభావశ్చ సూయతే  
సృజనాత్పేరణాచ్చైవ “సవితా” తేనచోద్యతే

“వరేణ్యం” సర్వతేజోభ్యః శ్రేష్ఠంచ పరమం పదం  
 స్వర్గాప వర్గకామైర్వా “వరణీయం” సదైవహి

భ్రాజతేచ యదా “భర్గః” పూర్ణరూపాచ్చ పూరుషః  
 సర్వాత్మా సర్వభావస్తు అత్మాతేననిగద్యతే

దీప్యతే క్షీడతే యస్మాద్రోచతే ద్యోతతే దివి  
 తస్మా “ద్వేవ” ఇతిప్రోక్తః స్తూయతే సర్వదైవతైః

“ధీమహి” ఉపాస్మహే

“ధియో” ధారణ వత్తో బుద్ధయః

“యః” సవితాదేవ

“నః” అస్మాకం

“ప్రచోదయాత్” ప్రేరయేత్

ఛందస్సులలో గాయత్రీ ఛందస్సు నేనేఅని కృష్ణపరమాత్మ  
 అర్జునునిగూర్చిపలికినట్లు, భగవద్గీతయందు ‘గాయత్రీ ఛందసామహం’  
 అనికలదు. “గాయంతం త్రాయతే యస్మాత్ గాయత్రీత్యభిధీయతే”  
 నియమ నిష్ఠలతో నీ మంత్రమును గానము జేయు ఉపాసకులను  
 గాయత్రీమాత కాపాడునుగాన గాయత్రీ అని పేర్కొనబడుచున్నది.

వేదవాఙ్మయమునందభికము గానీగాయత్రీ ఛందస్సు  
 ప్రయుక్తమై యున్నదను విషయము వేదవిదులకు సువిదితము.

## 5. క ర్మ సా క్షి కె అ గ్ని

కర్మణఃసాక్షి కర్మసాక్షి, కర్మలకు సాక్షియగువాడు కనుక కర్మసాక్షి అనగా సూర్యుడు. కర్మసాక్షికెఅగ్ని అనగా సూర్యునకు నమస్కరించి అని అర్థము. 'న వాయ్వగ్ని సలిల సోమార్క ద్విజ గురు ప్రతి ముఖం నిష్ఠీవికా వాతవరోఽమూత్రాణ్యత్సృజేత్' (చరకసంహిత)

సూర్యుని గూర్చి పవిత్రభావముతో బ్రవర్తించ వలయునని యిందలి భావము.

సూర్యనాభ్యాత్మిక చింతనతో నారాధించిన మనుజుడు పవిత్రుడగును. అదిత్యహృదయాది స్తవములలో మహర్షులు, సూర్యుని భగవానునిగాను, త్రిమూర్త్యాత్మక స్వరూపుని గాను వర్ణించియున్నారు.

"సర్వమంగళమాంగళ్యం సర్వపాపప్రణాశనం  
చింతాశోకప్రశమనం ఆయుర్వర్ధనముత్తమం"

సూర్యారాధన మంగళకరమనియు, సర్వపాపహరమనియు, చింతా శోక శమనమనియు, ఆయుర్వర్ధనమనియు, ఉత్తమ మనియు జెప్పబడినది.

ప్రతిమనుజుడు ప్రత్యహముజేయదగిన పంచాయతనపూజలో ప్రథమమున సూర్యుని నామము కలదు. పంచాయతనమనగా!

"అదిత్యమంబికాం విష్ణుం గణనాథం మహేశ్వరం"

"అదిత్యం గణనాథంచ దేవీంరుద్రంచకేశవం

పంచదై వతమిత్కుక్తం సర్వకర్మసుపూజయేత్"

సూర్యుడు, ఆంధరి, విష్ణువు, గణపతి, శివుడు ఈ పంచాయతన దేవతారాధనముచే మానవత్వము అరోగ్యము, జయము, మోక్షము, కార్యసాఫల్యము, జ్ఞానము లభించును.

“స్నానం సంధ్యా జపోహోమః దేవతానాంచపూజనం  
అతిభ్యం వై శ్వేదేవంచ షడ్కర్మాణి వినే వినే”

స్నానము, సంధ్యావందనము, గాయత్రీజపము, హోమము, దేవతారాధనము, ( పంచాయతనదేవతారాధనము ), అతిధిపూజ, నైశ్వేద్యము గృహస్థుడు ప్రత్యహమైనరించు షట్కర్మలు, వైశ్వ దేవమనగా విశ్వదేవతలంగూర్చి జేసేడు హోమాదులు.

సూర్యునిచే నంధకారము తొలగి జగత్తు తేజోమయమగు చున్నది. సూర్యగమనముననుసరించి, ఉత్తరాయణము దక్షిణాయనం మరియు మేషాదిమాస నిర్ణయమేర్పడి, కాలవిభజనము సంభవించు చున్నది. మేషాదిమాసములనిన, మేషరాశి యందు సూర్యుడు సంచరించు కాలమును మేషమాసమనియు, వృషభరాశి యందు సూర్యుడు సంచరించు కాలమును వృషభమాసమనియు నీరీతిగనే శేషరాశుల యందు సూర్యుడుండుటచే నాయా రాశుల యొక్క నామములతోనామాసము లేర్పడు చున్నవి. రాశులనిన మేషము, వృషభము, మిథునము, కర్కాటకము, సింహము, కన్య, తుల, వృశ్చికము, ధనుస్సు, మకరము, కుంభము, మీనము అని పండ్రెండురాశులు.

ఈ మాసములు రెండు కలసినచో నొక ఋతువు.

మేషమాసము, వృషభమాసము	—	గ్రీష్మఋతువు.
మిథునమాసము, కర్కాటకమాసము	—	ప్రవృష్ణఋతువు.
సింహమాసము, కన్యామాసము	—	వర్షఋతువు.
తులమాసము, వృశ్చికమాసము	—	శరదృతువు.
ధనుస్మాసము, మకరమాసము	—	హేమంత ఋతువు.
కుంభమాసము, మీనమాసము	—	వసంతఋతువు.

“గీష్మేషేషవృషాప్రోక్తేప్రావృణ్మిధున కర్కయోః  
సింహకన్యేస్మృతౌచర్షస్తులావృశ్చికయోశ్శరత్  
ధనుఃగ్రాహౌచ హేమంతో వసంతఃకుంభమీనయోః”

(చార్షధరసంహిత)

మూడుముతువులు కూడిన కాలము ఒకఅయనము. (A Half year ( రెండు అయనము లొక సంవత్సరము. (A Year)  
సూర్యుని ఉత్తరగమనము ఉత్తరాయణము.  
సూర్యుని దక్షిణ గమనము దక్షిణాయనము.

ఈవిధముగనే చంద్రగమనమునుసరించి, చైత్రాదిమాసము లేర్పడు చున్నవి.

అయుర్వేదశాస్త్రమున ఉత్తరాయణమును అదానకాలమనియు దక్షిణాయనమును విసర్గకాలమనియు, జెప్పబడినది. అదానకాలమున సూర్యుని యొక్క అధికతిక్షణత వలన, ప్రకృతి యందలి మణియు మానవ శరీరముల యందలి సహజమగు శక్తి యించుకక్షీణించును విసర్గకాలమున సూర్యుని యొక్క తీక్షణత లోపించి, చంద్ర కిరణ సంజనిత శీతలత్వప్రభావము వలన, ప్రకృతికి మరియు మానవ శరీరములకును శక్తి చేకిరారుచున్నది.

మేఘాచరణముచే సూర్యదర్శనము గానిచో నా దినమును దుర్దినమందురు ప్రతిదినము సూర్యనమస్కారమొనరించిన పిదప నాహారమును భుజించు నియమముగల చారలు మేఘాచ్ఛాదనముచే సూర్యదర్శనము గానిచో నాదినమున సుసహనముండుట విదితమే

“జ్యోతిర్వ్యనిష్టమదేభ్యమశస్త్రంచనాభివీక్షేత”

(చరకసంహిత)

సూర్యుని ప్రత్యక్షముగా జూడదగదనియు, మ రి యు జ్యోతిఃషి అను బహు వచనస్రయోగము వలననేనమయమునందు జూడ జనవని భావము.

సూర్యుని ప్రత్యక్షముగా జూచినచో నేత్రములకు హాని సంభవించునుకనుక సూర్యుని చూడజనదను విషయమును ప్రాచీన కాలముననే మహర్షులు శాస్త్రములందు బొందు పరచి యున్నారు. సూర్యుని ప్రత్యక్షముగా గాంచినచో నేత్రములకు హానిసంభవించు నను విషయమాధునిక పరిశోధనమని భావించుట అర్థరహితమే.

శాస్త్రోక్తవిధిననుసరించి, వ్యాయామముతో గూడిన సూర్య నమస్కారములొనరించుటచే శరీరమునకు వ్యాయామము కూడ సిద్ధించుచున్నది. వ్యాయామముచే లభించు సత్ఫలితముల గూర్చి ఆయుర్వేదమున నీ విధముగా చెప్పబడినవి.

“లాఘవం కర్మసామర్థ్యం సైర్యం దుఃఖ నిహిష్ణతా

దోషక్షయోగ్నివృద్ధిశ్చ వ్యాయామాదుపజాయతే”

(చరకసంహిత)

వ్యాయామమొనరించుటచే శరీరము లఘువుగ నుండును. కర్మసామర్థ్యము లభించును. ఇంద్రియములయొక్క సంబంధములు స్థిరత్వముతోనుండును. కష్టములను సంపాదనగల శక్తి సంభవించును. దోషములను క్షయింపజేయును. జరరాగ్నిని వృద్ధి నొందించును.

ఇక వ్యాయామాధిక్యతచే గల్గు ముష్ఫలితముల చెలిసికొన దగి యున్నది.



“శ్రమః క్లమః క్షయఃత్పష్టా రక్తపిత్తప్రతామః  
అతివ్యాయామతఃకాసః జ్వరశ్చర్దిశ్చ జాయతే”

(చరకసంహిత)

అధిక వ్యాయామమొనరించుటచే శరీరమునకు, మనస్సునకు, యింద్రియములకు శ్రమ కలుగును. ధాతు క్షయమేర్పడును. ధాతు వులనగా! రసము, రక్తము, మాంసము, మేదస్సు, ఎముకలు, మజ్జా పుక్రము “రసాస్పృష్టాంసమేదోస్థి మజ్జాశుక్రాణిధాతవః” “శరీరధారణా ద్ధాతవ ఇత్యుచ్యంతే” శరీరమును ధరించును కనుక ధాతువులన బడుచున్నవి. అట్టిధాతుక్షయమేర్పడినచో శరీరము రోగగ్రస్త మగును కనుక శక్తిహీనతమగు అహారముచే ధాతు పోషణనొనరించ దగి యున్నది. మరియు రక్తపిత్తము, తమకశ్వాస, కాస, జ్వరము, వాంతులు గలుగును. కావున అతివ్యాయామమొనరింపదగదు.

భౌతికశాస్త్రప్రకారముగ సూర్యునియందు పరారుణకిరణములు (Infrared Rays) మరియు అతినీలలోహిత కిరణములు (Ultra-Violet rays) కలవు. పరారుణకిరణములచే కీళ్లనొప్పులు నివారింపబడును. అతినీలలోహిత కిరణములచే గొన్ని విధములగు చర్మవ్యాధులు, మరియు బాలురకు సంభవించు రిక్టెట్సు (Rickets) అనువ్యాధులు నివారింప బడుచున్నవి. ఈ అతినీలలోహిత కిరణములచే జలమునందలి సూక్ష్మజీవులు నశించును. ఈ కిరణములు నేత్రములకు హాని గలుగ జేయును. మరియు నీయతినీలలోహిత కిరణములను, భూమ్యు పరితలస్థిత ఓజోన్ (OZONE) అనుపౌర అత్యంతము శోషింపజేయును. ఓజోన్ లేనిచో జీవసముదాయము శూన్యము.

సూర్యుని యందు సప్త వర్ణములు కలవు. ఈవిడు రంగులను సాంకేతికముగా VIBGYOR అని అందురు. సప్త వర్ణములు ఏవి అనగా!

1. V - Violet,      శుభ్రరంగు
2. I - Indigo,      నీలిరంగు (నీలిమందురంగు)
3. B - Blue,      నీలం (అకాశపురంగు)
4. G - Green,      ఆకు పచ్చ
5. Y - Yellow,      పసుపుపచ్చ
6. O - Orange,      నారింజరంగు
7. R - Red,      ఎఱ్ఱనిరంగు

ఇ వి యే స స్త వ ర్ణ ము లు.

సూర్యాష్టక శ్లోకములలో సూర్యుని గూర్చి, “సప్తాశ్వరథమారూఢం” “లోహితంరథమారూఢం” అని వర్ణింపబడి యున్నది. సూర్యుడు సప్తాశ్వయుతరథమధిరోహించిన వాడనియు మరియు ఎఱ్ఱని రంగుగల రథమునధిరోహించిన వాడనియు నర్థము. దీనిని సూర్యుని యందలి సప్త వర్ణములకును, అతినీలలోహిత కిరణములకును సమన్వయము జేయ నొప్పను.

వర్షణుతువునందు గగన తలమున నతిరమ్యముగా విలసిల్లి, నయనానందకరముగా గనుగొనంబడు ఇంద్రధనుస్సు (Rainbow) సూర్యకిరణములచే నేర్పడినదే.

“సూర్యస్య వివిధ వర్ణాః పవనేన విఘట్టితాఃకరాః

సాభ్రాఃవియతి ధనుః సంస్తానాం

యేద్యశ్యతే తదింద్ర ధనుః” (బృహదైవజ్జరంజనం)

శ్రీమద్రామాయణమున సూర్యునకతి ప్రాధాన్యత కలదు. హనుమంతుడు సముద్రమును లంఘించుటకు సంసిద్ధుడై, మున్ముందుగ సూర్యునకంజలి ఘంటించినట్లు

“స సూర్యాయ మహేంద్రాయ పవనాయ స్వయంభువే  
భూతేభ్యశ్చాంజలింకృత్వాచకారగమనే మతిం”

అను శ్రీమద్రామాయణము నందలి యీ శ్లోకము వలన  
వ్యక్తమగుచున్నది. మరియు విజయాభిలాషియై, రణరంగమునందు  
రామచంద్రుడు రవిస్తవమొనర్చినట్లు, రమణీయములగు అదిత్య  
హృదయ శ్లోకముల వలన సువ్యక్తము.

పాండవాగ్రజుడగు ధర్మజుడు, సూర్యాను గ్రహము చే  
సూర్యుని వలన అభీష్టసిద్ధిదాయనియగు ఆక్షయపాత్ర వడసినట్లు  
మహాభారతమున గలదు.

సూర్యుడు మా కొరకు సుఖప్రదాతయగు గాక! అని మిత్ర  
శబ్దముచే తొలుత నారోగ్యప్రదాత యగు సూర్యు నాహ్వానించినట్లు  
తైత్తిరీయోపనిషత్తునందలి శాంతి పాఠము. “ శం నో మిత్రః ”  
అని ప్రారంభింపబడినది. మిత్రః అనగా సూర్యుడు. సూర్యుడు  
మిత్రభావముతో మాకొరకు సుఖమునొసంగుగాక అని అంతర్ధార్థము

సూర్యుడు నేత్రములకధిష్ఠానదేవత అని సుశుత సంహిత  
యందు బేర్కొనబడినది. దీనిం గూర్చి ఈ గ్రంథము నందలి  
“దానజపాగ్నిహోత్రపరతంత్రుడు” అనుప్రకరణము న విపులముగా  
వివరింపబడినది.

సూర్యుడు నేత్రములకధిష్ఠానదేవత కావుననే నేత్రసంరక్షణ  
కొరకు సూర్యపరమగు ప్రార్థన వేదనమునందీ విధముగా కలదు.

“సూర్యశ్చక్షుషామధిపతిస్సమావతు”

“సూర్యచక్షుషామాపాహిస్వాహా”

సూర్యుని బ్రహ్మస్వరూపునిగా ధ్యానించ వలయు  
యామంత్రమును గమనించదగియున్నది.

“ఉద్యంతమస్తమయంతమాదిత్యమభిధ్యాయన్  
కుర్వన్ బ్రాహ్మణో విద్వాన్ సకలం భద్ర  
మస్మతే సావాదిత్యో బ్రహ్మేతి”

ఏ మనుజుడు ఉదయాస్తమయముల నొందుచున్న అది  
బ్రహ్మస్వరూపునిగా ధ్యానించునో! ఆ మనుజుడు సకల శుభ  
నొందును.



## 6. అర్ఘ్యపాద్యాది పూజనము

అర్ఘ్యపాద్యాది పూజనమనగా! పాదములు, హస్తములు కడుగు కొనుటకు నీళ్ళిచ్చి, పుష్పాదులతో చూజించుట.

“దేవగో బ్రాహ్మణ గురు వృద్ధ సిద్ధాచార్యానర్చయేత్”

(చరక సంహిత)

దేవతలను, గోవులను, బ్రాహ్మణులను, గురువులను, జ్ఞానవయో వృద్ధులను, తపస్విధులను, ఉపదేశాదులనొసంగిన యాచార్యులను భక్తితో పూజించవలయును.

“దేవతానాంపితృణాంచ కర్తవ్యంవిధిపూర్వకం

ప్రాప్తానామతిథీనాంచ నిత్యశః ప్రతిపూజనం”

(రామాయణమహాకావ్యము)

దేవతలయొక్క, పితృదేవతలయొక్క, ఆగతులైన అతిథులయొక్క పూజ నిత్యము విధి పూర్వకముగా నొనరింపదగియున్నది.

దీనిని శారీరిక తపస్సు అని భగవద్గీత యందు పేర్కొనబడి యున్నది.

“దేవ ద్విజ గురు ప్రాజ్ఞ పూజనం శౌచమార్జవం

బ్రహ్మచర్యమహింసాచ శారీరం తప ఉచ్యతే”

దేవతలను, బ్రాహ్మణులను, గురువులను, జ్ఞానవంతులను పూజించుట, శౌచము గల్గియుండుట, నిష్కపటముగా బ్రవర్తించుట బ్రహ్మచర్యము, అహింసనాచరించుట యనునవి శారీరిక తపస్సు అని చెప్పబడుచున్నది.

పూజింపదగిన పుణ్యపురుషులరుదెంచినచో, సభక్తి పూర్వకముగా నర్ఘ్యపాద్యాది విధులతో పూజలొనరించుట యితి హాసకాలము నుండియునున్నది.

విశ్వజిద్యాగమొనర్చి, నిర్జలశరత్కాల మేఘము భంగి, నిర్జనుడైయున్న రఘుమహారాజు, వరతంతుమహర్షి శిష్యుడైన కౌత్సునకెదురేగి, మృణ్మయ పాత్రతో నర్ఘ్యపాద్యాది పూజలొనరించి నట్లు, రఘువంశమును కావ్యమున గలదు.

“సమృణ్మయే వీతహిరణ్మయత్వా  
త్పత్రేనిధాయార్ఘ్యమనర్ఘశీలః  
ప్రతప్రకాశం యశస్సాప్రకాశః  
ప్రత్యుజ్జగమాతిధిమాతిధేయః

వాల్మీకి బ్రహ్మను గూర్చి, దశరథుడు విశ్వామిత్రుని యార్చి, శాసవిమోచనానంతరము అహల్య రాముని గూర్చి అర్ఘ్యపాద్యాది విధులొనరించినట్లు రామాయణమున గలదు.

“పూజయామాసతం దేవం పాద్యాఞ్ఘ్నాసన వందనైః  
ప్రణమ్య విధివచ్చైచనం పృష్ట్యా నామయమవ్యయమ్”

“తందృష్ట్యా జ్వలితం దీప్తతపసం సంశ్రితవ్రతం  
ప్రహృష్టవదనో రాజాతతోర్ఘ్యముపహరయత్”

“పాద్యమర్ఘ్యంతథాతిధ్యం చకారసు సమాహితా  
ప్రతిజగ్రాహకాకుత్స్థోవిధి దృష్టేనకర్మణా”

ఇంకనూ రామాయణమున పలుసర్గల యందు అర్ఘ్యపాద్యాది విధుల గూర్చి వివరింపబడినది.

అంధ్రమహాభాగవతమున నరకలోక వర్ణన గూర్చి యీ విధముగా జెప్పబడినది.

“తన యింటికి వచ్చిన మను  
జుని నతిథింగ్రోధదృష్టిజూచినవానిన్  
గనుగవల వజ్రదంష్ట్రల  
దనరిన యాకంక గృధ్రతతి భక్షించున్”

తన యింటికి వచ్చిన మనుజుని, అతిథిని క్రోధ దృష్టి జూడ దగదని భావము.

“యే యజంతి పితౄన్దేవాన్ గురూన్తైవతిథీన్స్తథా  
గాన్తైవ ద్వీజముఖ్యాంశ్చ పృథివీం మాతరం తథా  
కర్మణామనసావాచా విష్ణుమేవయజంతితే”  
(భాగవతము)

ఏ మానవుడు త్రికరణ శుద్ధితో పితరులను, దేవతలను, గురువులను, అతిథులను, గోవులను ద్వీజశ్రేష్ఠులను, భూదేవిని, జనయిత్రిని గూర్చి, పూజించుచున్నారో! ఆమానవులు శ్రీమహా విష్ణువునే పూజించుచున్నారు. అనగా శ్రీమహావిష్ణువునర్పించిన సత్ఫలితమునొందుచున్నారని భావము.



## 7. దానజపాగ్ని హోత్రపరతంత్రుడు

దానమొనరించుట యందును, మంత్రావృత్తిజేయుటయందును హోమకార్యములనాచరించుట యందు నాసక్తి గల వానిని దాన జపాగ్ని హోత్రపరతంత్రుడందురు. ఈ విషయము చరక సంహిత యందీ రీతిగా జెప్పబడినది.

“హోతా యష్టా దాతా” (చరక సంహిత)

ఇహపర సుఖములనభిలషించు మా న వు డు దానశీలుడుగా మనదగియున్నది. దానమొనరించుచున్నాడనను యా ధి క్య త ను మనమునందలంపక, దానమునుగ్రహించువానినల్పునిగా నూహింపక ప్రతిఫలాపేక్షారహితముగా నిర్వహించు దానము ప్ర శ స్త ము. దానమును శ్రద్ధతో జేయవలయును. అశ్రద్ధతో జేయదగదు. సంపద ననుసరించి చేయవలయును. లజ్జతో జేయవలయును. భయముతో జేయవలయును. జ్ఞానముతో జేయవలయును.

“శ్రద్ధయాదేయం అశ్రద్ధయా అచేయం శ్రియాదేయం  
హియాదేయం ధియాదేయం సంవిచాదేయం”  
అ ని వే దో క్తి.

దానములనేకవిధములు అందు గోదానము, భూదానము, గృహదానము, పౌరణ్యదానము, అన్నదానము, విద్యాదానము, వస్త్ర దానము, కన్యాదానములాదిగా గలవు. దానమొనరించు వస్తుసంతతి వలన, దానమును స్వీకరించు వారలకు గల్గు ప్రయోజనము నను సరించి, దానమొనర్చిన వారలకు గొన్ని సత్ఫలితములు లభించు నని శాస్త్రమునందు వివరింపబడినది.



గోదానమనగా! గోవును దానమొసంగుట. గోవును గోమాత  
యని పవిత్రభావముతో పూజించుట భారతీయ సంప్రదాయము.  
గోవునుండి క్షీరము లభించుచున్నది. క్షీరము యొక్క గుణము  
ఆయుర్వేదశాస్త్రము నందీ విధముగానుడువబడినది.

“దుగ్ధమత్యంత మధురం బలమేదాగ్ని వర్ధనం

కార్యఘ్నం బృంహణం వృష్యం హస్తపాదాంగ దాహజిత్”

(ధన్వంతరినిఘంటువు)

పాలు మిక్కిలి మధురముగనుండును. బలము, మేధస్సు,  
అగ్నిదీప్తి నొసంగును. కృశత్వమును నిర్మూలించును. శరీరమును  
వృద్ధి నొందించును. వీర్య వృద్ధికరముగనుండును. హస్తపాదలయం  
దేర్పడు మంటను (ఉష్ణత్వమును) నివర్తింపజేయును.

క్షీరమునకు రసాయనవరం అను పర్యాయ పదము  
కలదు. రసాయనవరం అనగా రసాయన పదార్థములలో  
ప్రశస్తమైనది అని అర్థము. రసాయనమును గూర్చి యీ గ్రంథము  
నందలి అలేఖ్యతనూవిలాసుడు అను ప్రకరణమున వివరింపబడి  
యున్నది. క్షీరము మానవాళికత్యంతావశ్యకము.

“గవాం పశ్చాత్ ద్విజస్యాంఘ్రియోగినాం హృత్ కవేర్వచః

పరంశుచితమం విద్యాత్ ముఖంస్త్రీవహ్ని వాజినాం”

అను వచనప్రకారము మానవుడుప్రత్యహముప్రాతఃకాలమున  
గోవును దర్శించుట పుణ్యప్రదము. కావున గోదానమొనరించుట  
పరమ ప్రశస్తమైయున్నది.

భూదానమనగా! భూమిని దానము జేయుట. భూమి సమస్త  
భూతములకు నాధార భూతము. మానవుల యొక్క ఇహపర సాధన

మునకు శరీరమావశ్యకము గాన యట్టి శరీరమునకు యాహారము ముఖ్యమైయున్నది. జీవులకు వలయు ప్రీహియవాది రూపమగు అహారము భూమి నుండి యే సంభవమగుచున్నది. భూమి పంచ భూతములలోనొకటి. భూదానము మానవులను పావనమొనర్చును.

గృహము మానవ నివాసమున కతి ముఖ్యము. కాలాను సరణీయముగా సంభవమగు ఈతి బాధల నుండి గృహము సంతరించును. మానవులాచరించు ఆశ్రమములలో గృహస్థాశ్రమమునకు ప్రాముఖ్యతకలదు. కావున గృహ్లాదానమతి ప్రశస్తము.

హిరణ్యదానమన బంగారమును దానముజేయుట. సువర్ణాభరణములంధరించుటచే మనుజుల యొక్క శరీరమునకు రోగ నిరోధకశక్తియేర్పడుననియు, మానసికాహ్లాదము సమచూరుననియు వైద్యశాస్త్రమున నీరీతిగా వివరింపబడినది.

“సువర్ణం శీతలం వృష్యం బల్యం గురురసాయనమ్  
కాంతికారి విషోన్మాద త్రిదోష జ్వరశోషజిత్  
కషాయంతిక్తమధురం సువర్ణం గురులేఖనమ్”  
(ధన్వంతరినిఘంటువు)

సువర్ణము శీతలముగను, వీర్యవృద్ధికరముగను, బలకరముగను, గురుత్వముగను, రసాయనకరముగనుండును. కాంతినొసంగును విషము, ఉన్మాదరోగము, త్రిదోషములు, జ్వరము, శోషనశించును కషాయతిక్తమధుర రస సంయుక్తము. గురుత్వము, లేఖనకారిగనుండును.

అయుర్వేదవైద్యమునందత్యంత ప్రశస్తంబైన సువర్ణాభరణము-సువర్ణమునుండి రూపొందింపబడినదే.

“న సజ్జత హేమపానేపద్మవత్రేణవత్ విషమ్”

హేమపానమొనర్చు మానవుని యొక్క శరీరమునకు విషము వలన హాని సంభవించనేరదు.

ద్రవస్తమగు హిరణ్యదానమొనరించుట భారతీయ సంప్రదాయము.

అన్నదానము సర్వమానవసువిదితము.

“అన్నాద్భవంతిభూతాని” అనుభగవద్గీతోక్తి ప్రకారము, సర్వజీవసముదాయమునన్నము వలన నుద్భవించుచున్నది. అనగా మానవునిచే భుజింపబడిన అన్నము రసరక్తాదిభాతు రూప పరిణామమునొంది, శరీరమునకు శక్తినొసంగి, ప్రత్యుత్పత్తికి ముఖ్యహేతు వగుచున్నది.

విద్యాదానమనగా! విద్యను దానమొసంగుట. గురుబ్రహ్మజ్ఞేసి విద్యనభ్యసించు సంప్రదాయము పురాతనకాలమందు గలదు. రఘువంశమును కావ్యమునందు, కౌత్సుడు వరతంతు మహర్షి నుండి పదునాల్గు విద్యల నభ్యసించినట్లు, పేర్కొనబడినది.

ఏ విద్యనైనను గురుముఖము నుండియే గ్రహించ వలసియున్నది. కావుననే వైద్యవిద్యను గురువునుండియే అభ్యసించవలెనని “గురోరధీతాఖిలవైద్యవిద్యా” అని నుడువబడినది.

విద్యాదానమొసంగిన మహనీయుల యొక్క విద్య వృద్ధి నొందుచునే యుండుననియు, విద్యప్రచ్ఛన్న గుప్తధనమనియు కడు రమణీయముగా వర్ణించిన, భర్తృహరి సుభాషితము నందలి ఆంధ్రీకరణ పద్యములు సాహితీ పరులకు సుపరిచితములు.

“హర్తకుగాదుగోచరమహర్షిశమున్ సుఖపుష్టిసేయు న  
 తీర్తిఘటించు విద్యయను విద్యధనంబులార్థకోటికిం  
 బూర్తిగ నిచ్చినంబెరుగు బోదుయుగాంతపు వేశనై న భూ  
 భర్తలు తద్దనాధికుల పట్టున గర్వముమానుచొప్పగున్”

“విద్యనిగూడగుస్తమగు విత్తము రూసము పూరుపాశికిన్  
 విద్యయశస్సు భోగకరి విద్యగురుండు విదేశబంధుడున్  
 విద్యవిశిష్టదైవతము విద్యకు సాటి ధనంబు లేదిలన్  
 విద్యనృపాల పూజితము విద్యనెఱుంగని వాడు మర్త్యుడే”

వస్త్రదానముతి ప్రశస్తమను విషయము సర్వజన సువిదితము

ఇందు వివరింపబడిన దానములలో కన్యాదానమునకు విశిష్టత కలదు. కన్యాదానము వినా తదితర దానములు, దానమొనర్చిన వారలకు, దానమొనర్చిన వస్తుతతిపై అధికారముండదు. కాని కన్యాదానమొనర్చిన దాతకు యాకన్య విషయమై కొంత బాధ్యత కలదు. ఇదిశాస్త్రసమ్మతము. భారతీయ వైవాహిక విధానమతి పవిత్రము. అందలి మంత్రములు పవిత్రార్థ సంయుక్తములు. కావున కన్యాదానము కడు పుణ్యదాయకమని భావించవలసి యున్నది.

అన్ని దానములకన్న మిన్నయైనది జ్ఞానదానము అనగా జ్ఞానతత్త్వమునుపదేశమొసంగుట “నహిజ్ఞానేనసదృశం ప వి త్ర మిహవిద్యతే” అనుభగవద్గీతోక్తిప్రకారము జ్ఞానము పరమపవిత్రము జ్ఞానమనగామోక్షమునందలిబుద్ధి ‘మోక్షే ధీః జ్ఞానమ్’ (అమరకోశము) “అజ్ఞానాదేవసంసోరో జ్ఞానాదేవ వీముచ్యతే” అను ఉపనిషద్వాక్యానుసారము అజ్ఞానము వలన బంధము, జ్ఞానము వలన బంధవిముక్తి కలుచున్నది. మరియు “జ్ఞానం నామ ఉత్పత్తి వినాశరహితం

నైరంతర్యం నైతన్యం జ్ఞానమిత్కుచ్ఛతే" ఉత్పల్లి వినాశరహిత  
మైన నిరంతర చైతన్యము జ్ఞానమనబడుచున్నది.

కావున జ్ఞాన దానమవశ్య మాచరణీయము.

"దాతవ్యమితి యద్దానం దీయతేనుపకారిణే  
చేతే కాలేచ పాత్రేచతద్దానం సాత్త్వికం స్మృతమ్"  
(భగవద్గీత)

చేత కాల పాత్రలనూహించి ప్రత్యుపకారము నాకాంక్షింపక  
నొనరించు దానము సాత్త్వికము.

"న్యాయార్జితధనం శ్రాన్తేశ్రద్ధయావైదికేజనే  
అన్యద్వాయత్ప్రచీయంతే తద్దానం ప్రోచ్యతేమయా"

వేదవేత్తయగు వానికి న్యాయార్జిత ధనమును శ్రద్ధతోనొసం  
గుట దానమనబడును.

"యజ్ఞ దాన తపః కర్మనత్యాజ్యం కార్యమేవతత్  
యజ్ఞోదానతపశ్చైవ పావనాని మనీషిణాం" (భగవద్గీత)

యజ్ఞము, దానము, తపస్సు అను కర్మలను త్యజించదగదు  
యజ్ఞము, దానము, తపస్సులు మానవులను పావనమొనరించును.

సాత్త్వికమగు దానము పరమోత్కృష్టంబని ఆంధ్రమహా  
భారతమునందీ విధముగా నుడువబడినది.

"పరుషత్వములేకంతః  
కరణంబున శుద్ధిసాల గలిగిప్రియము పొం  
పిరి వోవ జేత దానము  
పరమోత్కృష్టంబు పద్మపత్రనిభాక్షి"

జపమొనరించుట వలన ఘనోనై ర్మల్యమొన గూ రు సు. ప్రాజ్ఞులగు మనుజులు ప్రత్యహము త్రినంధ్యలయందు జపమొనరింప వలయును. జపమనగా భగవానుని నామము గాని, గురువుచేనుప దేశింపబడిన మంత్రము గాని అవ్యతముజేయుట. “వేదోక్తేనై వ మార్గేణ మంత్రాభ్యాసోజపస్కృతః” వేదోక్తమార్గముచే మంత్రాభ్యాస మొనర్చుట జపమనిపలుకబడినది. జపతపంబులచే మహర్షులు మహత్తర మహిమలను, అధ్యాత్మిక శక్తిసామర్థ్యములను పొంది యున్నారు. మరియు దై వసాక్షాత్కారము నొంది, మానవాళికి మార్గ దర్శకులై యున్నారు.

ఈజపము మానసికమగు తపస్సు. తపస్సు మూడు విధములు కాయికము, వాచికము, మానసికము అని. చాంద్రాయణాద్యుప వాసములు కాయికము. వేదపఠనము వాచికము. గాయత్ర్యాది మంత్రావ్యతముమానసికము. ఈ తపస్సును త్రికరణశుద్ధితో నొనర్చిన, దేవేంద్రుని యొక్క ధైర్యము స్వపదాపహరశంకచే లోపించునని రఘువంశమునందీ విధముగా వివరింపబడినది.

“కాయేనవాచా మనసాపి శశ్వ  
ద్యత్సంభృతం వాసవధైర్యలోపి  
అపాద్యతే నవ్యయమంతరామైః  
కచ్ఛిన్మహర్షేస్త్రివిధం తపస్తత్”

అగ్ని హోత్రుని నిత్యము భక్తితోనర్పించిన గార్యసాఫల్యత చేకూరును. అగ్ని హోత్రుని దేవతాస్వరూపునిగా దలంచవలయును యజ్ఞకర్మలయందు దేవతల కొఱకు సమర్పింపబడిన హవిస్సు నగ్ని హోత్రునుండి, దేవతలు గ్రహించుచున్నారు. ‘అగ్నిముఖావై దేవాః’ అని. కావున సర్వాభీష్టసిద్ధికి నగ్ని హోత్రునర్పించదగి యున్నది.

“అగ్నిహోత్రంచ స్వాధ్యాయ ప్రవచనేన” (తైత్తిరీయోపనిషత్)

అగ్నిజ్వాలలు సప్తజిహ్వలుగ ముండకొపనిషత్ నందు వర్ణింపబడినది.

“కాలీకథాలీచ మనోజవాచ  
సులోహితాయాచ సుధామవర్ణా  
స్ఫులింగినీ విశ్వరుచీచ దేవీ  
లేలాయమానా ఇతి సప్తజిహ్వ”

అగ్నులు మూడు విధములు. దక్షిణాగ్ని, గార్హపత్య, అవహనీయ అని. ఇవియే త్రేతాగ్నులు.

రఘుమహారాజు స్వకీయత్రేతాగ్నిశాలయందు, రెండు లే క మూడు దినములు వసియించ వలయునని, కొత్తునిగూర్చి పరికినట్లు రఘువంశమునగలదు.

“సత్వంప్రళస్తే మహితేమదీయే  
వసన్ చతుర్థోగ్నిరివాగ్న్యగారే  
ద్వితాణ్యహన్యర్హసి సోధుమర్హ  
న్యావద్యతే సాధయితుం త్వదర్థమ్”

పంచభూతములయందగ్నికి మిక్కిలి ప్రాముఖ్యత కలదు. పంచభూతములనగా! అకాశము, వాయువు, అగ్ని, జలము, భూమి “వ్యోమానిలానలజలోర్వ్యః”

ఈ ధృశ్యమాన సకల ప్రపంచము పంచ భూతాత్మకము. ప్రపంచమునంగల్గు చరాచరాత్మకంబగు జీవసముదాయము పాంచభౌతికమే. అగ్నిపాంచభౌతికమగు మనుజు శరీరస్థితమై, పాంచకము,

అలోచకము, భ్రాజకము, సాధకము అను నామములతో శరీర  
కార్యములను నిర్వహించు చున్నది. మానవశరీరమునందలి అగ్నిని  
గూర్చి మంత్రపుష్పమునందేరీతిగా వివరింపబడినది.

“తస్య మధ్యే మహానగ్ని ర్విశ్వార్చి ర్విశ్వతో ముఖః  
సోగ్ర భుగ్విభజన్తిష్ఠన్నాహారమజరః కవిః”

మానవహృదయ మధ్యమునందభిక తరమగు అగ్ని కలదు.  
ఆ అగ్ని విపులజ్వాలలతో గూడి, సర్వ వ్యాపక ముఖ యుక్తమై  
యుండును. అయిన్నియే ఆహారమును ముందుగా భుజించి, సర్వావ  
యవములకు విభజించి, జీర్ణక్రియ నొనర్చుచు, తాను జీర్ణమునొందక  
యుండును.

ఈ అగ్నినిగూర్చి భగవద్గీతయందు

“అహంవైశ్వానరోభూత్వాప్రాణీనాందేహమాశ్రితః

ప్రాణాపాన సమాయుక్తః పచామ్యన్నం చతుర్విధమ్”

అని కలదు. భగవంతుడే అగ్నిరూపమున (జలరాగ్ని రూపమున)  
ప్రాణుల శరీరమునాశ్రయించి, ప్రాణాపాన సమాయుక్తమై, జీవులచే  
భుజింపబడుచతుర్విధాహారమును పచనమొనరించునని యీశ్లోకము  
యొక్క భావము.

“ప్రాణోపానస్సమానశ్చోదానవ్యానౌచ

వాయవః శరీరస్థా ఇమే” (అమరకోశము)

ప్రాణము, అపానము, సమానము, ఉదానము, వ్యానము ఇవి  
శరీరము నందుండు వాయువులు.

(FIVE VITAL AIRS)



అగ్నిరేవశరీరే పితౄంతర్గతః

కుపితాకుపితః శుభాశుభానికరోతి''

(చరకసంహిత)

శరీరమునందలి అగ్ని సమస్థితి నున్నచో సుఖమును, విషమ స్థితి నున్నచో కష్టమును కల్గించును. అది ఏ విధముగాననిన!

పాచకము - జఠరాశయమునందుండి, జఠరాశయమునకు సంబంధించిన కృత్యములనొనరించుచుండును. ఈ పాచకము సమస్థితి నున్నచో భుజింపబడిన ఆహారమును క్రమ పద్ధతిగా బచనమొనరించును. విషమస్థితి నున్నచో నజీర్ణము గల్గించును.

ఆలోచకము - నేత్రముల యందుండి, నేత్రసంబంధమగు కృత్యముల నొనరించుచుండును. ఈ ఆలోచకమును యగ్ని సమస్థితి నున్నచో నేత్రములకు చూడగల శక్తి లభించును. విషమస్థితి నున్నచో నాశక్తి లోపించును,

బ్రాజకము - చర్మమునందుండి, చర్మసంబంధమగు కృత్యములను, నిర్వహించు చుండును. బ్రాజకము సమస్థితినున్నచో చర్మమునకు సహజమగు వర్ణమును కల్గించును. విషమస్థితి నున్నచో నావర్ణమును వికృతముగ జేయును.

సాధకము - హృదయస్థానము నందుండును. సాధకము సమస్థితి నున్నచో హర్షమును, కౌర్యమును, ప్రసన్నతను గల్గించును. విషమస్థితినున్నచో భయమును, క్రోధమును, మోహమును కల్గించును

ఆయుర్వేదము వాతపిత్తకఫములను సిద్ధాంతముననుసరించి

యున్నది. ఇచ్చట పితృము అను పేరుతో శరీరమునంగల అగ్ని శరీర కార్యములను నిర్వహించు చున్నది. ఈయగ్ని శరీరమున కొనరించు కృత్యములనునరించి, పాచకము, అలొచకము, భ్రాజకము, సాధకము అని విభజింపబడినది. కావుననే చరకసంహిత యందు “అగ్నిర్మేనాపగచ్ఛేచ్ఛరీరాత్” అని కలదు. అనగా! అగ్ని నాశరీరము నుండి పోకూడదని మనుజుడు కోరవలెనని భావము. సమస్తినుండవలెనని కోరవలెను.

చంద్రుడు శీతలత్వమును, సూర్యుడు ఉష్ణత్వమును పృథివిని గూర్చి కల్పింపనీ శీతలత్వమునుష్ణత్వము నాశ్రయించి, ఏవిధమున వాయువు ప్రజానీకమును, జీవసముదాయమును పాలించునో! ఆ విధముగనే వాతపిత్తకఫములు (వాయ్వగ్నిజలములు)వివిధములగు కృత్యములతో శారీరిక ధర్మములను నిర్వహించుచుండును.

“శీతాంభః క్లేదయత్యుర్వీం  
వివస్వాన్ శోషయత్యపి  
తావుభావపి సంశ్రిత్య  
వాయుః పాలయతి ప్రజాః”

ఈ వాయ్వగ్నిజలములు బాహ్య ప్రపంచమునంగాని, జీవ సముదాయము యొక్క శరీరములయందుగాని ప్రకుపితములైనచో విషయ పరిణామములు సంభవించును.

“అత్యంతప్రబలంబులు  
పైత్యవికారములు రేగి ప్రాణములకు శీ  
ఘ్రూత్యయముంజేయు మహా  
ద్దత్యంబున నెలవు వెడల దరిమి సుచరితా”

“వినుము జేలెయంగ క్లేష్మం  
 బనుదోషం చార బరగి యవయవములు జా  
 డ్య నిరూఢంబులుగా జే  
 యును లోపలి బయలు నెల్లనొయ్యన కప్పన్”

“వాయువంగంబులందు దుర్వ్యాప్తిగదిరి  
 నొవ్వదెవులును బుట్టించుగ్రొవ్వసెఱచు  
 సందులెడలించు గ్రమముననెందు బరగి  
 తనువుమానుగజేసి జీవునివెల్పారు”  
 (అంధమహాభారతము)

సుశ్రుత సంహితయందు అగ్నియొక్క ప్రాముఖ్యతం గూర్చి  
 “తతోగ్నింత్రిఃపరిణీయాగ్ని సాక్షికం శిష్యంబ్రాయాత్” అనికలదు.

గురువు శిష్యునకు ఉపదేశన సమయమందు, మంత్రోపదేశ  
 మొనరించి, మరియు గొన్ని ధర్మసూత్రములను, నియమములను  
 గూర్చి బోధించి, మూడుమార్లు అగ్నికి ప్రదక్షిణమాచరింప జేమ  
 వలయునని వివరింపబడినది.

ఆయుర్వేదశాస్త్రముననుసరించి మానవ శరీరావయవములకు  
 అధిష్ఠాన దేవతలు కలరు. అగ్నివాక్కునకు అధిష్ఠాన దేవత.  
 అధిష్ఠానదేవతలనగా! యింద్రియ వ్యాపారములను నిర్వహించు  
 శక్తులు.

“అధబుద్ధేర్బ్రహ్మ అహంకారస్యేశ్వరః  
 మనసశ్చంద్రమాః దిశశ్రోత్రస్య  
 త్వచోవాయుః చక్షుషో స్పూర్యః  
 రసవస్యాపః పృథ్వీమ్రాణస్య

వచసోగ్నిః హస్తయోరింద్రః

పాదయోర్విష్ణుః పాదయోర్విత్రం

ప్రజాపతిరుప స్తస్యేతి" (సుద్రుతసంహిత)

బుద్ధికిబ్రహ్మ, అహంకారమునకీశ్వరుడు. మనస్సునకుచంద్రుడు శ్రోత్రములకు దిక్కులు, త్వగింద్రియమునకు (చర్మమునకు) వాయువు, నేత్రములకు సూర్యుడు, జిహ్వకు జలము, ఘ్రాణమునకు (ముక్కునకు) భూమి, వాక్కునకు అగ్ని, హస్తములకు ఇంద్రుడు పాదములకు విష్ణువు, పాయువునకు మిత్రుడు, ఉపస్తకు ప్రజాపతి అధిష్ఠానదేవతలు.

పాదములకు విష్ణువు అధిష్ఠానదేవతయని పేర్కొనబడినది గావున, సత్పురుషుల యొక్క పాదములకు వందనమాచరించుట శ్రీమహావిష్ణువుని గూర్చి నమస్కరించుటయేయని అంతరార్థముగా గ్రహించవలసియున్నది.

వివాహప్రకరణమున సప్తపది అనుక్రియతో నగ్నిహోత్రుని సమక్షములో వధూవరులు ఏడడుగులు కలసి నడచుట, తదుపరి హోమముచేనర్చింపబడిన అగ్నిహోత్రునకు బ్రదక్షిణమొనరించుట, వేదవిహితమైన సంప్రదాయము.

శ్రీమద్రామాయణమున నగ్నిహోత్రుని ప్రాముఖ్యత దశరథుడు పుత్రకామేష్టి యాగమొనరించునపుడు, సీతారామకళ్యాణము నందును, శ్రీరామసుగ్రీవులమైత్రి సమయమందును, హనుమంతుడు లంకాదహనము జేయునపుడును, రావణ వధానంతరము శ్రీరాముడు సీతాదేవిని స్వీకరించునపుడును కనుగొన బడుచున్నది.

సృష్టిక్రమమును పంచాగ్నివిద్య అని యందురు. పంచాగ్ని విద్యయనగా! ద్యు, పర్వత్య, పృథివీ, పురుష, యోషిత్ అనునవి పంచాగ్నులు. ఈ పంచాగ్నుల యందు, క్రమముగా శ్రద్ధా, సోమ వృష్టి, అన్న, రేతోరూప పంచాహుతులను, హోమమొనర్చిన పురుషుడుగా నుద్భవించును.

ఈప్రపంచమున మానవులొనర్చు అగ్ని హోత్రాది కార్యము లందు, శ్రద్ధతోదధిక్షీరాది ద్రవ్య ద్రవ రూపోదక మపూర్వ వలన యజమానుంబొంది, ఆయజమానుననుసరించి, ద్యులోకమును అగ్నిని చేరును. అద్యులోకమునందు యజమానునియొక్క ఇంద్రియాధిష్ఠాత్మ దేవతలు యీ శ్రద్ధయను పేరు కలిగి, అహుతి రూపోదకమును ద్యులోకాగ్నిలో హోమము జేయుదురు. ఈ హోమమొనర్పబడిన యుదకము సోమరూప శరీరముగా నగును. ఉదకమయమగు యీ సోమరూప శరీరము వృష్ట్యభిమాని దేవతా విశేష పర్వన్యాగ్నిలో హోమము జేయబడి వృష్టియగును. అరీతిగా హోమమొనర్పబడిన యుదకమే సోమరూప దేహ భావమును, వృష్టిభావమును పొంది, పృథివిఅను అగ్నిలో హోమమొనర్పబడి, ప్రీహి,యవాది (ధాన్యము మొదలగు) రూపమగు అన్నమగును. అన్నరూపమగు యుదకమే పురుషుడను అగ్నియందు హోమము జేయబడినదై (పురుషునిచే భుజింప బడినదై) రేతోభావమును (శక్రభావమును) పొందును. ఈ విధముగా రేతోభావము నొందిన యాజలము, పంచ మాహుతిలో యోషిత్ (పత్ని) అను అగ్నియందు హోమముజేయబడి, అనగా! శక్రము స్త్రీగర్భమునందు నిక్షిప్తము జేయబడి, గర్భరూపమునొంది పురుషాకృతిగా మారును. అనంతరమాయుదకములకు పురుష వచ స్త్వము సిద్ధించుచున్నది. ఇదియే పంచాగ్నివిద్య.

ఈ పంచాగ్ని విద్య ఆధ్యాత్మిక విద్యావేత్తలకు సులభ గ్రాహ్యము.

మానవ సమాజోత్పత్తికి అగ్నియొక్క ప్రాముఖ్యత సుప్రత  
సంహిత యందీ విధముగా వివరింపబడియున్నది.

“తత్రస్త్రీపుంసయోస్సంయోగేతేజ  
శ్శరీరాద్వాయురుదీరయతి, తతస్తేజో  
నిల సన్నిపాతాచ్ఛక్రంచ్యుతం యోనిమభి  
ప్రతి పద్యతే సంసృజ్యతే చార్తవేన,  
తతోగ్ని సోమ సంయోగాత్సంసృజ్య  
మాసో గర్భో గర్భాశయమనుప్రతిపద్యతే”

మైథునక్రియ యందుద్భవమైన తేజస్సు (అగ్ని) వాత ప్రేరిత  
మగుచున్నది. తదుపరి తేజోవాత సంబంధము వలన సృష్టాన  
చలనమునొందినరేతోఛాతువుచే, స్త్రీ గర్భాశయమున జీవుడు ప్రవేశించి  
గర్భరూపమున (FETUS) నుండునని సవివరముగా నీ సూత్రము  
నందు పేర్కొనబడి యున్నది.

ఈ విధమగు గర్భోత్పత్తిక్రమమును గూర్చి వివరింపబడిన  
ఐతరేయోపని షత్తునందలి యామంత్రమును గమనింపదగియున్నది

“ఓం పురుషేహ వా అయమాదితోగర్భోభవతి  
యదేత దేతస్తదేతత్సర్వేభ్యోంగేభ్య  
స్తేజస్సంభూత మాత్మనే వాత్మానంబిభర్తి  
తద్యదాప్రియాంసింతత్యధై నజ్జనయతి  
తదస్య ప్రథమం జన్మ”

అట్టిజీవులు తామొనరించిన ధర్మాధర్మనిమిత్తమున, తిర్య  
గ్యోని మానుష దేవతలయందు జన్మమునొందుచుందురు. అనగా!  
జీవులు తామొనరించిన పాపవిశేషము వలన పశు పక్ష్యాదులయందు

పాపపుణ్య సమత్వముచే మానవులయందు, పుణ్యాభివ్యతచే దేవతల  
యందు జన్మించుచుండురు.

“తిర్యగ్గోని మానుష దేవేషు సంచరంతి  
ధర్మాధర్మనిమిత్తం” (మత్సర సహిత)

ఈరీతిగత్యంత ప్రాధాన్యతగల్గిన అగ్నిహోత్రాదునర్చించుట  
మానవాళి కావశ్యకమై యున్నది.

దాన జపాగ్నిహోత్ర పఠతంత్రులైన సత్కర్మనిరతులకు  
సంతతము సంతసమును సద్భావసిద్ధియు సమకూరును.



## 8. ప ర దా ర థ నా దు లు

“శ్రీభోగస్తేయహింసాద్యా తస్యావేగాన్  
విధారయేత్” “నాన్యస్త్రియమభిలషేత్” (చరక సంహిత)

పరదారాభిలాష, పరద్రవ్యాపహరణాది కార్యములు అప్రశస్తములు గావున వాని వేగములను నిరోధించవలయును. అనగా! యీ కార్యములనొనరించుట శాస్త్రనిషిద్ధము.

“పరదారాభిమర్మాత్తునాన్యత్పాపతరం మహత్”  
(శ్రీరామాయణమహాకావ్యము)

పరదారాభిమర్శనముకంటె అన్యము అధికమునైన పాపము లేదు.

“పరదారగమనమొప్పుదు  
పురుషునకది యెల్లపాపములకంటె నరే  
శ్వరవర యాయుస్సంక్షయ  
కరంబు తద్వర్జనంబు గడుమేలరయన్”  
(ఆంధ్రమహాభారతము)

పరదారాభిలాషులైన గ్రావణ కీచకాది మహాబలశాలురు పతనము నొందిన యుదంతము సర్వజన విదితము. ఇందులకేకైక హేతువుమనోదోర్బల్యము. మనస్సు అనగా! ఇంద్రియములకతీతయై ఇంద్రియ వ్యాపారములకు గారణ మగునది. ఇంద్రియములనగా! శ్రోత్రత్వచ్ఛక్తుర్ద్విహ్వప్రూణవాక్ హస్తోపస్థపాయుపాదములు. ఇందలి శ్రోత్రత్వచ్ఛక్తుర్ద్విహ్వప్రూణములు అ యి దు జ్ఞానేంద్రియములు.



వాక్ హస్తోపస్థపాయు పాదములు అయిదు కర్మేంద్రియములు (An organ of sense) మానసికసంకల్పముచే నింద్రియములు స్వకర్తవ్యములను, నిర్వర్తించు చుండును. మనస్సున ధర్మచింతన కలిగినచో నింద్రియములయందు నాప్రభావమేర్పడును. ధర్మవ్యతిరిక్త చింతన చిత్తమునందేర్పడినచో నింద్రియ వ్యాపారమధర్మయు తమై యుక్తాయుక్త వివేకము నశించి, పతనమునకు హేతువగును.

క్రోతం చక్షుఃస్పర్శనంచ రసనంప్రాణమేవచ  
అధిష్ఠాయమనశ్చాయం విషయానుపసేవతే”  
(భగవద్గీత)

జీవుడు చెవి, కన్ను, చేర్మము, నాలుక, ముక్కు, అను యింద్రియములను, మనస్సును అధిష్ఠించి, విషయ సుఖములననుభవించును.

విషయ సుఖములు గుణయుతమై యుండును. గుణములు మూడు. సత్త్వగుణము, రజోగుణము, తమోగుణము అని.

“సత్త్వంసుఖే సంజయతి రజఃకర్మణి భారత  
జ్ఞానమూఢత్యతు తమఃప్రమాదే సంజయత్యుత”  
(భగవద్గీత)

సత్త్వగుణము సుఖమందును, రజోగుణము కర్మలనాచరించుట యందును కోరిక గల్గించును. తమోగుణము జ్ఞానమునవ్యక్తమొనరించి, ప్రమాదము గల్గించును.

“సత్యశౌచదయాదులు సౌత్త్వికములు  
రమణిలోభసంగాదులు రాజసంబు

లన్యతహింసాపరత్వభయాలసత్య

ధైర్యహాని నిద్రాదులు తామసములు”

(అంధమహాభారతము)

సత్త్వరజస్తమోగుణముల యొక్క లక్షణములు, సుశ్రుత సంహితయను వైద్యగ్రంథమందు విపులముగా వివరింపబడినది.

—\* సత్త్వగుణ లక్షణము \*—

“అన్యశంస్యం సంవిభాగరుచితాతిత్వాసత్యం ధర్మఅస్తిక్యం జ్ఞానం బుద్ధిర్మేదాస్మృతిర్మతిరనభిషంగశ్చ”

(సుశ్రుతసంహిత)

కూరకర్మల యందు బ్రవర్తింపకుండుట, జిహ్వాచాపల్యము లేకుండుట, క్షమ, సత్యము, ధర్మము, అస్తిక్యము, జ్ఞానము, బుద్ధి ధారణాశక్తి, స్మృతి, ధైర్యము యనునవి కలిగియుండుట, ప్రయోజనము గోరకుండుట, ఇవి సత్త్వగుణలక్షణములు.

—; రజోగుణలక్షణము :—

“దుఃఖబహుళతాటన శీలతా ధృతి రహంకార అన్యతికత్వమ కారుణ్యం దంభోమానో హర్షః కామః క్రోధశ్చ”

(సుశ్రుత సంహిత)

దుఃఖబాహుళ్యము, నిరంతర సంచారస్వభావము, అధైర్యము అహంకారము, నిస్సంతోషము, అబద్ధము, నిర్దయ, కపటము, చిత్తైన్మత్వము, కామము, క్రోధము, ఇవి రజోగుణ లక్షణములు.

-+- తమోగుణ లక్షణము

“విషాదిత్వం నాస్తి క్యమధర్మ శీలతా బుద్ధిర్నిరోధో జ్ఞానం  
దుర్మేధస్త్య మకర్మశీలతా నిద్రాశుశ్చంచేతి”

(సుప్రత సంహిత)

నిరంతరము దుఃఖించుట, నాస్తికత్వము, ధర్మవిరుద్ధమగు  
శీలము, బుద్ధిమాంద్యము, అజ్ఞానము, దుర్బుద్ధి, కర్మానుష్ఠానమునందు  
కోరికలేకుండుట, నిరంతరమునిద్రించుట, ఇవి తమోగుణ లక్షణ  
ములు.

“సత్త్వాత్సంజాయతే జ్ఞానం రజసోలోభఏవచ  
ప్రమాద మోహాతమసో భవతో జ్ఞానమేవచ”

(భగవద్గీత)

సత్త్వగుణము వలన జ్ఞానము, రజోగుణము వలన లోభము,  
తమోగుణము వలన ప్రమాదము, మోహము, అజ్ఞానము కలుగు  
చున్నవి.

సత్త్వగుణసంయుతులగు మహితాత్ములకు, మనోనిగ్రహము  
సులభసాధ్యము. రజోగుణతమోగుణాధిక్యత గల వారలకు మనో  
నిగ్రహము దుస్సాధ్యము. కనుక శాస్త్రజ్ఞానము, సజ్జన సాంగత్యము  
గల్గి, సత్త్వగుణ సంయుతులై మానవులు మనదగియున్నది.

“సత్సంగత్వే నిస్సంగత్వం నిస్సంగత్వేనిర్మోహత్వం  
నిర్మోహత్వేనిశ్చలతత్వం నిశ్చలతత్వే జీవన్ముక్తిః”

అని శ్రీశంకరాచార్యుని ఉలాచ.

“ధ్యాయతోవిషయాన్ పుంసఃసంగస్తేమాపజాయతే  
 సంగాత్సంజాయతేకామః కామాత్క్రోధోభిజాయతే  
 క్రోధాద్భవతి సంమోహః సమోహాత్స్మృతి విభ్రమః  
 స్మృతి భ్రంశాద్బుద్ధినాశో బుద్ధినాశాత్ప్రణశ్యతి”  
 (భగవద్గీత)

విషయవాంఛలం గూర్చి తలంచుట వలన నా విషయ వాం  
 ఛలయందభిలాష జనించును. ఆయభిలాష వలన కామము, కామము  
 వలన క్రోధము, క్రోధము వలన సమోహము, సమోహ వలన  
 స్మృతి విభ్రమము(తనను తాను మరుచుట), స్మృతి విభ్రమము వలన  
 బుద్ధినాశముగల్గును. తదుపరి మానవుడు పతనము నొందును.

“త్రివిధం నరకస్యేదం ద్వారంనాశన చూత్మనః  
 కామఃక్రోధస్తథాలోభస్త స్మాదేవత్రయంత్యజేత్”  
 (భగవద్గీత)

కామము, క్రోధము, లోభము, యీ మూడును మూడు విధము  
 లగు నరకద్వారములు. అత్మ వినాశనకారణములు. కావున వీనిని  
 త్యజించ వలయును.

కామక్రోధలోభములు సర్వానర్థములకు మూలము. మరియు  
 నరక ప్రాప్తికి హేతువులు. కనుక వీనిని విడువవలయునని భావము  
 కామక్రోధలోభములు మానవులనధోగతి నొందించును గావ నరక  
 ద్వారములని నుడువబడినవి.

“మానసఃపునరుద్ధిష్టే రజశ్చ తమ ఏవేచ”

“మానసో జ్ఞాన విజ్ఞానధైర్యస్మృతి సమాదిభిః”

(చరక సంహిత)

రజస్తమోగుణములు మానసిక దోషములనియు, జ్ఞానము, విజ్ఞానము, ధైర్యము, స్మృతి, సమాధులచే నాదోషములను నిర్మూల మొనర్చవలయుననియు భావము.

మానసిక దోషముల వలన, మానసిక రోగము లేర్పడునని గ్రహించవలసియున్నది. రోగములు నాల్గువిధములు. స్వాభావికము అగంతుకము, శారీరకము, మానసికము అని.

“స్వాభావికాగంతుక కాయికాంతరా

రోగాభవేయుః కిల కర్మదోషజాః”

(శార్దూలసంహిత)

ఈ నాల్గువిధములైన వ్యాధులు కర్మ వలనను, దోషప్రకోపము వలనను, కర్మదోషముల వలనను సంభవించును. మానసిక రోగములు రజస్తమోగుణాధిక్యతచే గల్గు శోకమోహదుల వలన సంభవించును. గాన శోకమోహదులకు హేతువులైన, రజస్తమోగుణములను, అధ్యాత్మిక పరమగు జ్ఞానము, విజ్ఞానము, ధైర్యము, స్మృతి, సమాధులచే జయింపవలయును.

జ్ఞానమనగా! మోక్షమునందలి బుద్ధి. విజ్ఞాన మనగా! శిల్ప శాస్త్రముల యందలి బుద్ధి. “మోక్షేధీర్జ్ఞానమన్యత్రవిజ్ఞానం శిల్ప శాస్త్రయోః” (అమరకోశము) విజ్ఞాన శబ్దమునకు వేదాంత పరమగు అర్థము యీ విధముగా గలదు. “ఊర్ధ్వ ధ్యానేన పశ్యంతి విజ్ఞానం మన ఉచ్యతే” జ్ఞానులు సమాధి స్థితి వలన అత్యను వీక్షించుట

విజ్ఞానము. మరియు శాస్త్రము వలన గ్రహించ దగిన విశేషజ్ఞానము  
విజ్ఞానము. అనుభవపూర్వకముగా నొందదగిన జ్ఞానము విజ్ఞానము.

“మన ఏవచునుష్యాణాంకారణంబంధమోక్షయోః”

మానవుల యొక్క బంధమోక్షములకు మనస్సే కారణము. మనోనిగ్రహము వలన నింద్రియ వ్యాపారములంజయించుట సాధ్యమనియు నదియే యదార్థవిజయమనియు ప్రహ్లాదుడు హిరణ్య కశిపుని గూర్చి పలికినట్లు భాగవతమున గలదు.

“లోకములన్నియున్ గడియలోన జయించినవాడవింద్రియా  
నీకము జిత్తముంగెలువనేరవు నిన్ను నిబద్ధుజేయు నీ  
భీకర శత్రులార్చ్యరబ్రభిన్నుల జేసిన బ్రాణికోటిలో  
నీకు విరోధిలేడొకడు నేర్పున జూడుము దానవేశ్వరా”

భీకరశత్రులార్చ్యరనగా! కామక్రోధలోభమోహమధ మాత్సర్యములు.

మరియు మనోదుర్నిగ్రహము హీనస్థితియని భాగవతమునందే పేర్కొనబడినది.

“హాలాపానవిజృంభమానమదగర్వారూఢ దేహోల్లస  
ద్బాలాలోకనశృంఖలా నిచయ సంబద్ధాత్ముడై లేశమున్  
వేలానిస్సరణంబుగానక మహావిద్వాంసుడున్ గామినీ  
ఘోలాకృష్టకురంగశాబకమగున్ హీనస్థితిన్ వింటిరే”

జితేంద్రియుని స్థితప్రజ్ఞుడందురు. స్థిత ప్రజ్ఞుని గూర్చి భగవద్గీత యందు.

“యదాసంహరతేచాయం కూర్మోంగానీవ సర్వశః  
ఇంద్రియాణేంద్రియార్థైభ్యస్తస్యప్రజ్ఞాప్రతిషితా”

తాజేలు తన అవయవములను, స్వశరీరములోనికి ముడుచు  
కొనునట్లు స్వకీర్మేంద్రియములను విషయవాంఛల నుండి మరల్చిన  
మనుజుడు స్థితప్రజ్ఞుడు.

“వర్ణములకెల్లనింద్రియ వ్యాప్తి నిగ్ర  
హంబు వలయు నియ్యది గన్నయంత దృష్టి  
బొంది యొండాసపడకున్న నొందు సాధు  
జనులు వెదకు ననామయ సత్పదంబు”  
(అంద్రమహాభారతము)

మనస్సునింద్రియ వ్యాపారముల నుండి మరల్చి, అత్మయం  
దేకాగ్రతతో జేర్చుట సమాధి స్థితియన బడును. అత్మయనగా!

“నిర్వికారః పరస్త్వాత్మాసర్వభూత గుణేంద్రియైః  
చైతన్యేకారణం నిత్యో ద్రష్టా పశ్యతిహిక్రియాః  
(చరక సంహిత)

అత్మనిర్వికారము. అట్టిఅత్మ (THE SOUL), మరియు  
మనస్సు పంచభూతసంబంధిత గుణ యుతేంద్రియ సంబంధముచే  
నింద్రియాది జ్ఞానమునకు కారణమగును. నిర్వికారమైన యాత్మ యిం  
ద్రీయ సంబంధముచే నింద్రియ వ్యాపారములకు సాక్షియైయుండును  
అత్మనిత్యము.

“నశకశ్చక్షుషాద్రష్టుందేహేనూక్మతమో విభుః

దృశ్యతే జ్ఞానచక్షుర్నిస్తపశ్చక్షుర్భిరేవచ”  
(నుశ్రుత సంహిత)

శరీరవ్యాప్తమై, సూక్ష్మతమమై యున్న యాత్మను సామాన్య నేత్రములతో గనుంగొనుట సాధ్యము కాదు. జ్ఞానచక్షువులచేతను, తపశ్చక్షువులచేతను వీక్షించుట సుసాధ్యము.

అత్మను గూర్చి భగవద్గీత యందు

“నై నంభిందంతి శస్త్రాణి నై నం దహతి పావకః  
నచై నం క్లేదయంత్యాపో నశోషయతి మారుతః”

“అచ్ఛేద్యోయమదహ్యాయ మక్లేదో శోష్యఏవచ  
నిత్యస్సర్వగతః స్థాణురచలో యం సనాతనః”

“అవ్యక్తోయమచింత్యోయమవికార్యోయముచ్యతే  
తస్మాదేవం విదిత్వేనం నానుశోచితుమర్హసి”

ఈ అత్మనుశస్త్రములు ఛేదింపజాలవు. అగ్నిదహింపజేయ నొల్లదు. జలము తడుపంజాలదు. వాయువు శోషింపజేయనేరదు.

అత్మ అచ్ఛేద్యము, అదహ్యము, అక్లేదము, అశోష్యము, నిత్యము, సర్వవ్యాపకము, స్థిరము, అచలము, సనాతనము.

ఇంద్రియములకు అగోచరమైనది, మనస్సు చేనూహింపబడనిది వికారరహితమైనది.

“ఏషసర్వేషు భూతేషు గూఢోత్మాన ప్రకాశతే



దృశ్యతేత్వగ్ర్యయా బుద్ధ్యాసూక్ష్మయాసూక్ష్మ దర్శిభిః  
(కరోపనిషత్తు)

అత్మ సర్వభూతములయందు గూఢముగానుండుటచే గ్రాహ్యమగుటలేదు. ఏకాగ్రత సూక్ష్మతగల బుద్ధి వలన సూక్ష్మదర్శనులచే జూడబడ గలదు.

అత్మజ్ఞానసంయుతునకు పరమాత్మతత్త్వము నెరుంగుట సులభతరము. అత్మజ్ఞానము గతజన్మకృతసుకృతము వలననేసంభవము కావుననే “అభ్యస్తాఃపూర్వదేహేయేతానేషభజతేగుణాన్” అనిసుశ్రుత సంహిత యందు వివరింపబడినది. అనగా! మానవుడు పూర్వజన్మయందే గుణముల నభ్యసించి యుండునో! ప్రస్తుతజన్మయందాగుణములనే పొందియుండునని భావము.

“సర్వభూతస్తమాత్మానం సర్వభూతానిచాత్మని  
ఈక్షతే యోగయుక్తాత్మా సర్వత్ర సమదర్శనం”

యోగయుక్తాత్మజ్ఞాన సంయుతులగు మహిత్మాత్ములు అ ఖిల భూతములయందు నాత్మను, అత్మయందఖిల భూతముల నవలోకించుచు, సర్వత్రసమభావమునొంది యుందురు. ఇదియే అత్మదృష్టి

మానవులీ స్థితినిొందినచో పరదార ధనాద్యపహరణాపేక్షయందుపేక్ష భావమును వహించును.

శ్రీమద్రామాయణమహాకావ్యము నందు భరతశపథరూపమున పెక్కుధర్మములను వివరించుచూ పరదారల యొక్కపొందు ధర్మవిరుద్ధమని “ధర్మదారాన్ పరిత్యజ్య పరదారాన్నిషేవతామేత్యక్తధర్మరతిన్మాథో యస్యారోమమతే గతః” అనిసుచువచిడినది.

“ఈశావాశ్శమిదం సర్వంయత్కించత్ జగత్యాం జగత్  
తేనత్తత్తే నభుంజీహమాగ్మధః కన్యచిద్ధనమ్”  
(ఈశావాస్యోపనిషత్)

ఈ సర్వజగత్తు పరమాత్మచే వ్యాపింపబడి యున్నది. త్యాగ  
బుద్ధితో ననుభవింపుము. పరధనాకాంక్షనుత్యజియింపుము.

“న హి తృప్తేః ప రం సుఖం”  
(యోగశిఖోపనిషత్తు)

తృప్తి కంటె అన్యమైన సుఖములేదు.

“ధర్మాదర్థఃప్రభవతి ధర్మాత్ప్రభవతే సుఖం  
ధర్మేణలభతే సర్వం ధర్మసారమిదం జగత్”  
(శ్రీరామాయణమహాకావ్యము)

ధర్మము వలన అర్థము కలుగుచున్నది. ధర్మము వలనసుఖము  
సంభవించుచున్నది. ధర్మముచేత సర్వములభించు చున్నది. ఈ  
జగత్తుధర్మసారమైనది.



## 9. ఇష్టమృష్టాన్నము.

ఇష్టమును, పరిపక్వమునగు అన్నమును ఇష్టమృష్టాన్నమందురు

“అన్నం వృత్తికరాణాంశ్రేష్ఠం”

అహారద్రవ్యములలో అన్నమతి ప్రశస్తము.

“మునులును దివిజులునన్నము

వినుతింతురు లోకతంత్రవిధిక్రతువులు ద

క్కును గల సర్వము నన్నం

బున నడచుంగానయన్నము విశిష్టమిలన్”

“అజుడు కల్పాదియందన్నమమృతమనియె

నన్నహాని బలాధికునైన దుర్బ

లాత్ముగాజేయు గావున నన్నభుక్తి

సకల ధాతువృద్ధికినయి జనము గోరు”

(అంధ్రమహాభారతము)

“ప్రాణాఃప్రాణభృతామన్నం అన్నంలోకాభిధావతి

తుష్టిఃపుష్టిబలంమేధా సర్వమన్నేప్రతిష్ఠితం

లౌకికం కర్మయద్వృత్తై స్వర్గతాయచ్చవై దికం

కర్మాపవర్గేయచ్ఛక్తంతచ్చాప్యన్నేప్రతిష్ఠితం”

(చరక సంహిత)

సకలప్రాణులకు నన్నము ప్రాణముగనుండును. జీవులన్నియు నన్నమునే కోరును. తుష్టి, పుష్టి, బలము, ధారణాశక్తి, లౌకికకర్మలు, స్వర్గలోకసంబంధమగు వైదికకర్మలు, మోక్షసంబంధమగు కర్మలు,

అన్నమునందే ప్రతిష్ఠితమై యున్నవి. అనగా! ఇహపరసుఖసాధనమునకు అన్నము మూల కారణమని అర్థము.

మరియు తైత్తిరీయోపనిషత్తు నందు

“అన్నేనవావ సర్వేప్రాణా మహీయంతే” అని కలదు. సమస్త ప్రాణులు అన్నముచేత వృద్ధిబొందు చున్నవని అర్థము.

అహారము హితము, అహితము అని రెండు విధములు. హితమనగా! ఇష్టమైనది. అహితమనగా! ఇష్టముకానిది.

“సమాంశ్చైవ శరీరధాతున్ ప్రకృతౌ స్థాపయతి  
విషమాంశ్చైవ సమీకరోతి ఇత్యేతద్ధితం విద్ధి  
అహితం విపరీతమితి. ఏతద్ధితాహిత లక్షణం  
అనవదాతం భవతి” (చరక సంహిత)

సమస్థితినున్న శరీరధాతువులను (రసరక్తాది దాతువులను), సమస్థితి యందుంచి, విషమస్థితి నొందిన శరీరధాతువులను సమస్థితి నొనరించునట్టియాహార సముదాయమంతయు హితమనబడును.

సమస్థితినున్న ధాతువులను విషమస్థితి నొనరించి, విషమస్థితి నున్న ధాతువులను సమస్థితి నొనరించజాలక, మరియు కొంతవిషమస్థితి గలుగజేయు యాహారము అహితమనబడును.

అహారముననుసరించి శరీరపోషణ, ఆరోగ్యము సమకూరును హితము, సాత్త్వికమునగు యాహారమును భుజించుమనుజుడు సత్త్వగుణ సంపన్నుడగును.

అహారమును సాత్త్వికాహారము, రాజసాహారము, తామసికా

హారము అని భగవద్గీత యందు విభజింపబడినది. ఆధ్యాత్మిక పరముగా సాత్త్వికాహారమునకత్యంత ప్రాముఖ్యత కలదు. రాజసికాహారము, తామసికాహారము కడునిషిద్ధము. నిరతము సాత్త్వికాహారమును భుజించు మనుజుడు ప్రశాంత చిత్తుడై, అరోగ్యవంతుడై పరిపూర్ణత నొందగలడు.

“అయుస్సత్త్వబలారోగ్యసుఖప్రీతివివర్ధనాః

రస్యాఃస్నిగ్ధాః స్థిరాహృద్యాఅహారాస్సాత్త్వికప్రియాః”

(భగవద్గీత)

రసము, స్నిగ్ధము, స్థిరము, హితమునగు యాహారములు సాత్త్వికులకు ప్రీయము. ఇవిఆయుస్సును, బుద్ధిని, బలమును, అరోగ్యమును, సుఖమును, హర్షమును వృద్ధినించుచును.

“కట్వాప్లులవణాత్యుష్ణతీక్ష్ణరూక్ష విదాహినః

అహారారాజసస్యేష్టా దుఃఖశోకామయప్రదాః”

(భగవద్గీత)

కారము, పులుపు, లవణము, అత్యుష్ణము, తీక్ష్ణము, రూక్షము విదాహకరమునగు యాహారము రాజసగుణమధికముగా గల మనుజులకు యిష్టము. ఈ రాజసాహారము దుఃఖము, శోకము, రోగము అంగలుగంజేయును.

“యాతయామంగతరసం పూతిపర్యుషితంచయత్

ఉచ్ఛిష్టమపిచామేధ్యం భోజనంతామసప్రియం”

(భగవద్గీత)

అర్ధపక్వము, రసరహితము, దుర్గంధయుతము, పర్యుషితము

ఉచ్చిష్టము, అపవిత్రమునగు యాహారము తామసికులకు ప్రేయము

ప్రాజ్ఞులగు మానవులు త్యజించదగిన యాహారము గూర్చి  
అయుర్వేదశాస్త్రమునందీ విధముగా వివరింపబడినది.

“భోజనం తృణకేశాదిజాష్టముష్టికృతంపునః”

(అష్టాంగహృదయము)

“తథాపర్యుషితశ్చైవభరః పిచ్చిలపవచ”

(చరక సంహిత)

తృణకేశాదులచే దూషితమైన యాహారమును, అనగా! గడ్డి,  
వెండ్రుకలు మొదలగునవి పడినందున మలినమైన యాహారమును,  
ఒకపరిపక్వమొనర్పబడి మరల నుష్ణము చేయబడిన యాహారమును,  
పర్యుషితము(రాత్రిగడచిన), అతి పక్వము, అపక్వమునైన యాహా  
రమును త్యజించవలయును.

ఈ విధముగనే వేదమునందును వివరింపబడియున్నది.

“ఉచ్చిష్టభోజన పర్యుషిత భోజనాది

నిషిద్ధాచరణ దోష నిర్లరణార్థ.....

.....యథాశక్తిం ప్రాయశ్చిత్తం నిశ్చిత్య

మమ అను గృహ్లాంతు భవంతః

ఉచ్చిష్టభోజనము, పర్యుషిత భోజనముతినుట మున్నగు  
నిషిద్ధకర్మల నాచరించుటచే గల్గిన దోషపరిహారార్థమై ప్రాయశ్చి  
త్తము నిశ్చయింపబడినది.

“మధుమాసంచయే నిత్యం వర్జయంతీహమానవాః

జన్మప్రభృతి మద్యంచ దుర్గాణ్యతి తరంతి తే”

మధువును, మాంసమును, మద్యమును జన్మప్రభృతి నిత్యం  
ఏ మానవులు వర్జించుచున్నారో! ఆమానవులు దుర్గములను, (దుర్గ  
మయైన సంకటములను) అధిగమించు చున్నారు.

ఆంధ్రమహాభాగవతమున నరకలోక వర్జనమున నీవిధముగా  
నుడువబడినది.

“ఎనయ దొడ్లలోన నిండ్ల లోనైనను  
పట పతంగ హరిణ పంక్తి నెల్ల  
బట్టి హింస జేయు పాపాత్ము విష వహ్ని  
ధూమశిఖలద్రొబ్బు దురు నృపాల”

“గ్రామారణ్యంబులయందు జంతువుల హలప్రోతం  
బునం గావించి, హింసించుచు హర్షించుచున్న  
వారలకు, హలహతంబున నరకంబునందు  
హలప్రోతులంజేసిన, క్షుత్తిపాసాపర  
వశలగు చుండ గంక గృధ్రాదులు తీక్ష  
తుండాగ్రంబులందిగిచి భక్షించుచుండు”

మరియునాంధ్రమహాభారతమున

“అన్యమాంసమున నిజాంగ మాంసంబు బో  
షింతునన్లుట కంటె జెట్ట లేదు  
మాంస భక్షణంబు మానుట కంటెను  
మేలులేదు కర్మజాలకమున”

అ ని ష లు క బ డి న డి.

మానవాళీకి శాకాహారమే సహజమైన అహారమనియు, పరిపూ  
ర్ణార్థగ్య ప్రదాయకమనియు, హింసతోగూడిన మాంసాహారమువలన  
ననేక మహావ్యాధులు సంభవించుననియు అహర పరిశోధకులైన

అధునికవైద్యశాస్త్రజ్ఞులు వివరించుట విదితమే. గాన మత్స్యమాంసాద్యాహారమును, మానవులు మానుట శ్రేయోదాయకము. అతిప్రశస్తము పవిత్రమునైన శాకాహారమును సేవించుట యుత్తమము

మానవులెల్లరు నిహపర సుఖమును కోరుదురు. అట్టి సుఖము ప్రాప్తించవలయుననిన ధర్మచింతనతో జీవించవలసి యున్నది. ప్రాణిహింసజేయకుండుటయు, హింసతో గూడిన మాంసాద్యాహారమును త్యజించుటయు పరమ ధర్మము. దీనిని గూర్చి అష్టాంగ హృదయము నంది విధముగా కలదు.

“సుఖార్థాస్పర్శభూతానాం మతాస్సర్వాః ప్రవృత్తయః  
సుఖంచనవిनाధర్మాత్ తస్మాత్ ధర్మపరోభవేత్”

సుఖార్థియగు మనుజుడు పవిత్రములగు యాహారాచారచేష్టలు కల్గియుండవలయునని చరక సంహిత యందలి యీ శ్లోకమును గ్రహించ వలసి యున్నది.

“అహారాచారచేష్టాసు సుఖార్థిప్రేత్యచేహచ  
పరం ప్రయత్న మాత్మిషేత్ బుద్ధిమాన్ హిత సేవనే”

యజ్ఞ కర్మలయందు నిర్లరుల కొరకు సమర్పితమగు ఘృతాది ద్రవ్యములను, అగ్ని హోత్రునుండి అమరులు గ్రహించుచున్నారను విషయము “అగ్నిముఖావై దేవాః” అను వేదోక్తివలన విదితమగుచున్నది. ఆరీతిగనే భగవానుడు జరరాగ్ని రూపమున మనుజు శరీరములందుండి, మనుజులచే భుజింపబడు అహారమును పచన మొనరించుచు గ్రహించు చున్నట్లు

“అహం వై శ్వానరోభూత్వాప్రాణినాందేహమాశ్రితః  
ప్రాణాపాన సమాయుక్తః పచామ్యన్నం చతుర్విధం”



“యత్కరోషియదశ్నాసి యజ్ఞహోషి దదాసియత్  
యత్తపస్యసి కౌంతేయ తత్కురుష్వ మదర్పణమ్”

అను భగవద్గీతోక్తి వలన వ్యక్తమగుచున్నది.

మ రి యు “నాహుత్వా దేవతాభ్యో భక్షయేత్” అనునట్లు  
అహారమును దేవతల కొరకు నివేదింపకయే భుజింపదగదు. అనగా!  
భగవదర్పితమొనరించి భుజింపవలెనని భావము. కనుక భగవదర్పి  
తమగు నైవేద్యము పవిత్రముగా నుండ వలయును.

ఈ పద్ధతిననుసరించియే భోజనాదియందు ఘృత యుతమగు  
యాహారమును భుజించు సాంప్రదాయ మేర్పడినదని గ్రహించ వల  
యును. కనుక శాకాహారము పరమ పవిత్రము. శాకాహారమొకింత  
హింసాయుతమైనను అట్టిహింస మానవులు ప్రత్యహమొనర్చు నిత్య  
నైమిత్తికాది కామ్య సత్కర్మలచే నిర్మూల మగును. నిత్యనైమిత్తిక  
కామ్య కర్మలవగా! సంధ్యాగ్న్యాయుపాసనములు నిత్యములు. పితృ  
శ్రాద్ధతర్పణాదులు నైమిత్తికములు. యజ్ఞయాగాదులు కామ్యములు.

అయుర్వేద శాస్త్రమున అహారము ఐదు విధములుగా విభజిం  
పబడినది.

“చతుర్విధోపయోగః పాన అశన భక్ష్య  
లేహ్యాపయోగాత్, షడాస్వాదో రస  
భేదతః షడ్విధత్వాత్, వింశతి గుణో  
గురు లఘు శీత ఉష్ణ స్నిగ్ధ రూక్ష  
మంద తీక్ష్ణ స్థిర సర మృదు కఠిన  
విశద పిచ్ఛిల శ్లక్ష్ణ ఖర సూక్ష్మ స్థూల  
సాంద్ర ద్రవానుగమాత్, అపరి సంఖ్యేయ

వికల్పద్రవ్య సంయోగ కరణ బాహుళ్యత్”  
(చరక సంహిత)

1. పానీయము — ద్రవరూపముగనుండును.
2. అశనము — మృదువుగా నుండి భుజింపదగియుండును.  
(భోజ్యము)
3. భక్ష్యము — ఇంచుకగట్టిగ నుండి నమిలి తినదగియుండును
4. లేహ్యము — నాలుకతోచప్పరించి తినదగియుండును.

అహార ద్రవ్యములు రసభేదముచే నారు విధముల రుచులం గల్గియుండును.

- |            |   |        |               |
|------------|---|--------|---------------|
| 1. మధురము  | — | తీపి   | (Sweetness)   |
| 2. ఆమ్రము  | — | పులుపు | (Sourness)    |
| 3. లవణము   | — | ఉష్ణ   | (Salt)        |
| 4. కటువు   | — | కారము  | (Pungency)    |
| 5. తిక్తము | — | చేదు   | (Bitterness)  |
| 6. కషాయము  | — | వగరు   | (Astringency) |

“మధురోష్ణః పటుశ్చైవ కటు తిక్త కషాయకాః”

మరియు నిరువది గుణములంగల్గి యుండును. ఇరువది గుణముల యొక్క నామములీ విధముగా గలవు. ఈ యిరువది గుణములలో కొన్ని గుణములు కొన్ని ద్రవ్యములకుండును.

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. గురుగుణము | (Gravitation) |
| 2. లఘుగుణము  | (Levity)      |
| 3. శీతగుణము  | (Cold)        |
| 4. ఉష్ణగుణము | (Hot)         |

5. స్నిగ్ధగుణము	(Viscosity)
6. రూక్షగుణము	(Friction)
7. మందగుణము	(Dullness)
8. తీక్ష్ణగుణము	(Sharpness)
9. స్థిరగుణము	(Fixed)
10. సరగుణము	(Fluidity)
11. మృదుగుణము	(Softness)
12. కఠినగుణము	(Hardness)
13. విశదగుణము	(Nonsticky)
14. పిచ్చిలగుణము	(Pasty)
15. శ్లక్ష్ణగుణము	(Smoothness)
16. ఖరగుణము	(Roughness)
17. సూక్ష్మగుణము	(Subtle)
18. స్థూలగుణము	(Gross)
19. సాంద్రగుణము	(Solidity)
20. ద్రవగుణము	(Liquidity)

“అన్నాద్భవంతి భూతాని” (భగవద్గీత)

ప్రాణులన్నియు నన్నము వలన నుద్భవించు చున్నది. దీవిం గూర్చి వివరణ విపులముగా తెలియందగియున్నది. మాంసవశరీరము సప్తధాతువులచే ధరింపబడియున్నది. రసము, రక్తము, మాంసము, మేదస్సు, అస్థి, మజ్జ, శక్రము అనునవి సప్తధాతువులు.

“దధాతి ధారయతి శరీర సంవర్ధకాన్ ఇతి ధాతుః”

మనుజునిచే భుజింపబడిన ఆహారము తొలుతరసముగనగును రసమునుండి రక్తము, రక్తము నుండి మాంసము, మాంసమునుండి మేదస్సు, మేదస్సు నుండి అస్థి, అస్థి నుండి మజ్జ, మజ్జ నుండి పురు

ఘలకు శక్రము గను, స్త్రీలకు రజస్సుగనగును.

“రసాద్రక్తం తతోమాంసంమాంసాన్నేదః ప్రజాయతే  
మేదసోస్థితతోమజ్జా మజ్జ శ్శుక్రంతు జాయతే”  
(శల్యతంత్రము)

“పాచితాఃపిత్త తాపేన రసాద్యాధాతవఃక్రమాత్  
శుక్రత్వంయాతిమాసేన తథాస్త్రీణాం రజోభవేత్”  
(శార్దూలధరసంహిత)

ఇదిసప్త ధాతు పరిణామక్రమము. ఈరజశ్శుక్ర సంయోగముచే ప్రాణి సంతతి సంభవమగుచున్నది,

“ఎనయగ శక్లము శోణిత  
మును బెరసి వెలంది గర్భమున నెరికొను న  
ప్పని బ్రహ్మశక్తి బీజ  
త్వని రూఢిం బొనరు నవివౌదలు బిండంబై”  
(అంధ్రమహాభారతము)

Dhatus are the body elements Which are seven in number,

Namely rasa, blood, muscle, fat, bone, bone-marrow, and the essence of reproduction called Sukra.

శరీరధాతువులకు విరోధమునాపాదించు యాహారద్రవ్యములు విరుద్ధాహారములు.

“దేహధాతు ప్రత్యనీక భూతాని ద్రవ్యాణి

దేహధాతుభిర్విరోధ మాపద్యంతే  
 పరస్పర విరుద్ధాని కానిచిత్ కానిచిత్ సంయోగాత్  
 సంస్కారాదపరాణి దేశకాల మాత్రాదిభిశ్చాపరాణి  
 తథాస్వభావాదపరాణి” (చరక సంహిత)

విరుద్ధాహారము లైదు విధములు

1. పరస్పర గుణ విరుద్ధములు
2. సంయోగ విరుద్ధములు
3. సంస్కార విరుద్ధములు
4. దేశకాలమాత్రాది విరుద్ధములు
5. స్వభావ విరుద్ధములు

విరుద్ధాహార ద్రవ్యములం గూర్చి చరక సంహిత యందతి  
 విపులముగా వివరింపబడి యున్నది. గ్రంథ విస్తరభీతిచే సంక్షిప్త  
 ముగనే యిందు వివరింపబడినది.

నిషిద్ధాహారములు మూడు విధములు  
 సమశనము, అధ్యశనము, విషమాశనము అని.

“మిశ్రం ప్యథమ పథ్యంచ భుక్తం సమశనం మతం  
 విద్యాదధ్యశనం భూయోభుక్తస్యోపరి భోజనం  
 అకాలేబహుచాల్పంవాభుక్తంతు విషమాశనం  
 త్రీణ్యప్యేతానిమృత్యుంవాఘోరాన్ వ్యాధీన్ సృజంతివా”  
 (అష్టాంగ హృదయము)

సమశనము — పథ్యము, అపథ్యము (హితము, అహితము)  
 నగు యాహారమును మిశ్రమముగా భుజించుట

అధ్యశనము — ఆహారమును భుజించిన పిదప మరల వెంటనే భుజించుట.

విషమాశనము — అకాలమునందున, అధికముగను, అల్పముగను భుజించుట.

ఈ మూడు విధములగు యాహారములు మృత్యువునుగాని, ఘోరమగు రోగములను గాని సంభవింపజేయును.

ఆహార పదార్థముల యందు దధిక్షీర ఘృతములకు అధిక ప్రాధాన్యత కలదు. దధియనగా! పెరుగు (CURD)

“ననక్తం దధి భుంజీతనచాప్యఘృత శర్కరం  
నా ముద్గయాషం నక్షౌద్రం నోష్ణం నామలకై ర్విహా”  
(చరక సంహిత)

పెరుగును రాత్రి సమయమున భుజించుట నిషిద్ధము. ఘృతమునై నను, శర్కరనై నను, పెసర కట్టునై నను, తేనెనై నను, ఉసిరి కాయలనై నను, జీర్ణకభుజించ దగదు.

“శత్రు సత్ర గణాకీర్ణ గణికాఫణికాశనమ్”  
(అష్టాంగహృదయము)

“నప్రతి కూలోపహిత మన్న మా ద దీత”  
(చరక సంహిత)

శత్రు గృహముల యందును, సత్రముల యందును, జన సమూహముచే నాకీర్ణమైన స్థలములయందును, వేశ్యల గృహముల యందును, అంగడియందును ఆహారమును భుజింపదగదు.

శత్రువులచే నొసంగబడు యాహారమును భుజింపదగదనియు, శత్రువులకు భోజనము నొసంగదగదనియు మహాభారతము నందు సుడువ బడినది.

“ద్విషదన్నంనభోక్త వ్యం ద్విషంతం నై వభోజయేత్”

కొరవ పొండవులకు సంధినొనర్చు నిమిత్తమై శ్రీకృష్ణుడు రాయబారిగా హస్తి నాపురమున కరిగి, కొరవగృహమున నాహారమును సేవింప నొల్లక, పరమసాత్త్వికుడును, ధర్మనిరతుడునగు విదురుని గృహమున నాతిధ్యమును స్వీకరించి నట్లు మహాభారతమున గలదు.

కలియుగమునందన్నపానముల నాశ్రయించి ప్రాణముండునని బసవరాజీయమను వైద్యగ్రంథ మందీ విధముగా కలదు.

“యుగక్రమాద్ధర్మబలశ్చనాశ  
స్తథాక్రమా జ్ఞీవ గతిశ్శరీరే  
కృతేయగే పృథ్విగతశ్చ జీవః  
త్రేతాయుగే మజ్జగతో విధేయః  
ద్వాపారకే మాంసగతశ్చ జీవః  
కలాయుగే తిష్ఠతిచాన్నపానే”

యుగక్రమానుసారమే రీతిగ ధర్మము క్షీణించునో! అరీతిగనే మానవ శరీరము నందలి జీవము (ప్రాణవాయువు) క్షీణించును.

జీవము కృతయుగమునందస్థిగతముగను, త్రేతాయుగమున మజ్జగతముగను, ద్వాపరయుగమున మాంసగతముగను, కలియుగమునందన్నపానాశ్రితముగ నుండును.

కనుక కలియుగమునందన్న పానములు మానవుల కత్యావశ్యకము.

కృతయుగమునకు సత్యయుగముని పేరు. సత్యయుగమున ప్రజల యొక్క ఆయుఃప్రమాణము నాలుగు వేల సంవత్సరములు. త్రేతాయుగమున మూడువేల సంవత్సరములు ద్వాపరయుగమున రెండువేల సంవత్సరములు. ఇకనీ కలియుగమున మానవుల యొక్క ఆయుఃప్రమాణమొక నిర్ణయము లేదు. గర్భస్థశిశువులు, సద్యోజాత శిశువులు మరణింతురు.

“చత్వారితు సహస్రాణి వర్షాణాం కురుసత్తమ  
ఆయుస్సంఖ్యాకృతయుగే సంఖ్యాతా రాజ సత్తమ  
తథాత్రిణి సహస్రాణి త్రేతాయాం మనుజాధిప  
ద్వేసహస్రే ద్వాపరేచ భువి తిష్ఠంతి సాంప్రతం  
నప్రమాణస్థితిర్ద్యుప్తితిష్యేస్మిన్ భరతర్షభ  
గర్భస్థాశ్చమ్రయంతేత్ర తథాజాతా మ్రియంతిచ”  
(మహాభారతము)

యుగ పరిమాణముననుసరించి, మానవుల యొక్క ఆయుః ప్రమాణమల్పమగును, ఆవిధముగనే కలియుగమున ధర్మము నశించును. మరియు మానవుల యొక్క సహజమగు దేహబలము క్షీణించును. ప్రాణము అన్నపానాశ్రిత మగును.

అన్నపానములను మానవులీ కలియుగమున త్యజించినచో ప్రాణము శరీరమును విడచి పోవును. కనుక కలియుగమున అన్నపానముల కత్యంత ప్రాముఖ్యత కలదు.

కృతత్రేతా ద్వాపరయుగములయందు మహర్షులు దీర్ఘకాలము తపోనిష్ఠతో నన్నపానములను త్యజించినను, అత్మబలముతో నమిత తేజస్సుతో నలరారు చుండుట అకాలము నందలి ధర్మ నిరతి వలననే.



అంధమహాభారతమునందన్నము యొక్క విశిష్టత యీ విధముగా వివరింపబడినది.

“అన్తంబుదోయంబు నఖిల జంతువులకు

బ్రాణముల్ గొన యప్పరమవస్తు

వులమేలు దాతవ్యములలోన నెల్లను

నతిథులకవియిచ్చుట మరలోక

చిరమహాసౌఖ్యంబు జేయు”

“విను మొరు చూచిన మూచూ

చిన భోజ్యము నింద్యమన్య చిత్తముతోడం

గొన దగదాహరము పొ

త్తున గుడుచుట యథుము గూడు దూషించుటయున్”

“నిత్యం హితా హార విహార సేవీ

సమీక్ష్య కారీ విషయేష్వసక్తః

దాతా సమస్పత్య పరఃక్షమావాన్

అప్రోపసేవీచ భవత్యరోగః”

సతతము హితమగు అహార విహారములు కల్గియుండుట, ఏ కార్యములనైనను సంపూర్ణముగానాలోచించి చేయుట, కామక్రోధ లోభ మోహ మద మాత్సర్యములయందు విముఖత్వము, దానశీలత సర్వసమానత్వచిత్తవృత్తి, సత్యనిరతి, క్షమ కల్గియుండుట, అపుల నుసేవించుట అనునీ ధర్మముల నాచరించు వారలు రోగహితులు కాగలరు. అనగా! అట్టిధర్మచరులకు శారీరిక మానసిక సంపూర్ణా

రోగ్యము సమకూరునని భావము. అరోగతకు (Health) కేవలమహి తమితాహారములు మరియు దోషసామ్యమేగాక, అధ్యాత్మిక భావమత్యంతావశ్యకమని ఆయుర్వేదోపదేశము.



## 10. ఇంతలు కన్నులు

“సర్వస్యగాత్రస్యశిరఃప్రధానం సర్వేంద్రియాణాంనయనంప్రధానం”

సర్వశరీరమునకు శిరస్సు ప్రధానము. సమస్తావయవములకు నయనములు ప్రధానము.

సౌందర్యవంతములును, విశాలములునగు నేత్రములను, కమల నయనములనియు, అకర్ణాంత విశాలనేత్రములనియు కవులు వర్ణించి యున్నారు.

“సరోరుహం తస్య దృశైవ నిర్జితం  
జితాస్మితేనైవ విధోరపిశ్రీయః  
కుతః పరం భవ్య మహో మాహీయసీ  
తదాననస్యోపమితౌ దరిద్రతా”

(నైషధకావ్యము)

“అపిలోకయుగం దృశావపి  
శ్రుతదృష్టా రమణీగుణా అపి  
శ్రుతి గామితయా దమస్వసు  
ర్వ్యతి భాతే సుతరాం ధరాపతే”

(నైషధ కావ్యము)

ప్రవాత సీలోత్పల నిర్విశిష్ట  
మధీర విప్రేక్షిత మాయతాఙ్గై  
తథా గృహీతంను మృగాంగ నాభ్య  
స్తతో గృహీతంను మృగాంగ నాభిః

(కుమార సంభవము)

ఈశ్లోకములందు నేత్రములం గూర్చి రమ్యమైన వర్ణనకలదు ఇందలి చెండవ శ్లోకము రమణీయ శ్లేషార్థ సంయుక్తము. విద్యజ్ఞన పేదితవ్యము.

ఇంతలు కన్నులు అనగా! విశాలమును, దృష్టిలోపము లేని నేత్రములని అర్థము.

ఇచ్చట నేత్రములం గూర్చి ఇంచుక తెలియందగి యున్నది. పక్షు, వర్త, శ్వేత, కృష్ణ, దృష్టి యనునవి నేత్రాంగములు. మరియు నేత్రమునందు నాల్గుపటలములు కలవు. అందలి బాహ్యపటలము తేజో జల రూపమైన రక్త రస ఛాతువుల నాశ్రయించి యుండును. ద్వితీయ పటలము మాంసమును, తృతీయ పటలము మేదస్సును, చతుర్థపటలము అస్థినాశ్రయించి యుండును. నేత్ర వ్యాధులనేక విధములు. ఇందు సంక్షిప్తముగనే వివరింప బడినది.

—: ప్రథమ పటల గత దోష స్వభావము :—

నేత్రము యొక్క ప్రథమ పటలము దోష గ్రస్తమైనచో నొక పరి అస్పష్ట రూపములను మరియుక పరి సుస్పష్ట రూపములను గాంచు చుండును. నేత్రము యొక్క మధ్యమ భాగమునందలి దోష ములు ప్రథమ పటలమును హించి, తదనంతర మన్య పటలమున కుంగ్రమముగా వ్యాపించును. ప్రథమ పటలమనగా! లోపలి నుండి మొదటిదని తెలియదగియున్నది.

—/ ద్వితీయ పటల గత దోష స్వభావము /—

దోషము ద్వితీయ పటల గతమైనచో దృష్టి స్థిరత్వమును కోల్పోవును. ఈగలను, దోమలను, కేశములను, లూతానిర్మితతంతు

జాలము బోలె గాంచును. గుండ్రని మండలములు లేకుండినను, కను  
గొనబడుచుండును. మరియు గొన్ని ప్రతిబింబములు తిర్యగ్యుపర్యధః  
ప్రదేశములయందు సంచరించు చున్నట్లుగను, వర్షపాతము వినా  
వర్షపాతమగుచున్నట్లుగను, ఆకాశము నిర్మేషమై నిర్మలముగాను  
న్నను, మేఘములున్నట్లుగను, చీకటి లేకుండినం జీకటిగా నున్నట్లు  
గను, దూరమందున్న వస్తు సముదాయము సమీప స్థితమైనట్లుగను,  
సమీప స్థిత వస్తు సముదాయము దూరమందున్నట్లుగను దృగ్గోచర  
మగును. మరియునతి ప్రయత్నమొనరించినను నూదియందలి రంధ్ర  
మును కనుగొనుట దుర్లభము.

-+- తృతీయ పటల గత దోష స్వభావము -+-

దోషము తృతీయ పటలముంబొందినచో క్రిందికి జూచినంగన  
బడదు. పై భాగమునకుంజూచినచో నస్పష్టముగా గాంచగల్గును.  
మరియు నీ దోషము పటలము యొక్క క్రింది భాగమందున్నచో  
సమీపమునంగల వస్తుసముదాయమును, పైభాగము నందున్నచో  
దూరమునంగల వస్తుసంతతిని గాంచుట కడుదుర్లభము. పటలమం  
తయు దోషయుక్తంజైన దృష్టియస్పష్టముగానుండును. దోషము  
పార్శ్వగతంజైన భార్వమునంగల వస్తువులు కనబడవు. దోషము  
దృష్టిమధ్యము నందున్నచో నతి క్లిష్టతరముగ రూపములం గాంచ  
గల్గును. దృష్టియందంతటను దోషమువ్యాప్తమైనచో నొకవస్తువును  
రెండు వస్తువులంబోలె, రెండు వస్తువులను మూడు వస్తువుల చంద  
మునగనుగొనును. దోషమొకస్థానమున స్థిరముగనుండక చలనమగు  
చున్నచో నొక వస్తువు పెక్కు వస్తువుల భంగి దృగ్గోచరమగును.

)-( చతుర్థ పటల గత దోష స్వభావము )-(

దోషము చతుర్థ పటలమును పొందిన తిమిరమును వ్యాధి

(CATARACT) సంభవించును. ఈనేత్రవ్యాధికి లింగనాశనమును నామము కలదు. ఈవ్యాధి సంభవమై దీర్ఘకాలమైనచో సూర్యచంద్రాదుల కాంతిని గనుంగొనుట దుర్లభము. అనగా అంధత్వము సంభవించును.

ప్రాజ్ఞులగు మనుజులు నేత్రవ్యాధులంగూర్చి, ఉపేక్షాభావమును వహించుట సముచితము కానోపదు. సమర్థుడగు నేత్రవైద్యునిచే (Eye Specialist) సమగ్రముగా చికిత్స నొందుట సౌఖ్యదాయకము.

ఆరోగ్యసంరక్షణ, సౌందర్య పోషణ గూర్చి ఆయుర్వేదము నందతి ప్రాధాన్యత కలదు. ఉరోజు సౌందర్యము, శిరోజుసౌందర్యము, ముఖసౌందర్యము, నఖసౌందర్యము, త్వక్సౌందర్యము, దంతసౌందర్యము, అధర సౌందర్యము, పద సౌందర్యము అదిగాగల్గు శరీరావయవ సౌందర్యములనారోగ్య విధులచే సంరక్షించుకొను విధానము విపులముగానాయుర్వేదమునందు వివరింపబడి యున్నది. ఆ విధముగానే ఆయుర్వేదమునందు నయన సౌందర్యమున కతి ప్రాముఖ్యతకలదు.

సదా నయన సౌందర్యము, నయనారోగ్య సంరక్షణ నఖిల పించు వారలు, బల వర్తకాహారములను, శాకాహారములను (అకుకూరలు) భుజింపదగియున్నదని ఆయుర్వేదశాస్త్రమున వివరింపబడినది.

నేత్రములు తేజోవంతములుగా నుండుట కొరకు "సౌవీరాంజనము" మరియు స్రావణార్థమై "రసాంజనము" అను నేత్రాషధములను, శాస్త్రవిధిననుసరించి నేత్రములయందు బ్రయోగించ వలయునని పేర్కొనబడినది.

“సావీరమంజనం నిత్యం హితమక్ష్యేః ప్రయోజయేత్”  
 పంచరాత్రేష్ట రాత్రేవా స్రావణార్ధేరసాంజనం  
 చక్షుస్తేజోమయం తస్య విశేషాత్ స్తేష్మతో భయం”  
 (చరక సంహిత)

త్రిఫలచూర్ణమును ( కరక తాడి ఉసిరికలు ) మధు ఘృత  
 యుతముగా (తేనె నెయ్యి) సాయంకాలమునందు సేవించుచున్నచో  
 నేత్రగత వికారములు నిర్మూలమగునని, బైష్ణవ్య రత్నావళి అను  
 వైద్యగ్రంథమందీ విధముగా వివరింపబడినది.

“యస్తైస్త్రిఫలం చూర్ణమ పథ్య వర్తి  
 సాయం సమశ్నాతి హవిర్మధు భ్యాం  
 సముచ్యతే నేత్ర గతైర్వికారై  
 ర్భుత్యైర్యథాక్షిణధనో మనుష్యః”

త్రిఫలములకు ఆయుర్వేదమునందత్యంత ప్రాధాన్యత కలదు  
 త్రిఫలములం గూర్చి, ధన్వంతరి నిఘంటువునందు

“త్రిఫలా కుష్ఠమేహార్ఘః కపపిత్తవినాశినీ  
 చక్షుష్యా రోపణీ హృద్యా వయసః స్థాపనీ పరా”

త్రిఫలములు కుష్ఠపు, మేహము, అర్శోరోగము, కపము,  
 పిత్తము వీనిని నశింపజేయును. నేత్రహితకరము, వ్రణహరము,  
 హృద్యము, వయస్థాపనమునొనర్చును.

శాస్త్రవిధిననుసరించి నిర్మాణ మొనర్చిన నేత్రాంజనముచే  
 (కంటికాటుక) నయనములకారోగ్యము, సౌందర్యము లభించును  
 కాటుక కంటి యొక్క సౌందర్యమును సరస్వతీదేవింగూర్చి, ఆంధ్ర

మహాభాగవతమునందు, సహజకవియగు పోతనామాత్యుడీ విధముగా వర్ణించి యున్నాడు.

“కాటుక కంటినిరు చనుగట్టుపయింబడనేలనేడ్చెదో  
తైటభద్రైత్యమర్దనుని గాదిలి కోడల” అని

మరియు ప్రహ్లాదుని గూర్చి వర్ణించుచూ

“కన్నుదోయికినన్యకాతలడ్డంబైన  
మాతృభావన జేసి మరలువాడు”

అని నేత్రేంద్రియములయొక్క నిగ్రహశక్తిని, నిర్మలత్వమును

“ఇందిరావరుగను దృష్టి దృష్టి”

“కమలేశ జూడని కన్నులు కన్నులే  
తనుకుడ్య జాలరంద్రములుగా”

అని కనుల యొక్క సార్థకతను, అధ్యాత్మిక తత్త్వమును, భక్తిభావమును

“కాటుకనెరయంగ కన్నులు నులుముచు  
వెగచు కన్నీటితో వెడలు వాని”

అని బాలకృష్ణుని నయన సౌందర్యమును వివరించి ధన్యత నొందిన మహామనీషియు, తెనుగు కవితా ప్రపంచమున చిరంజీవియు నైన సత్కవి బమ్మెరపోతనామాత్యుడు.





## 11 ఔషధసిద్ధుడు

'న్ని ఓషధుల యొక్క ప్రభావముచే సిద్ధినొందిన వానినొషధ పురు. అట్టి సిద్ధినొందుటకు వలయు నియమము లాయుర్వేద వరింపబడినవి.

శ్వాసాత్మాని సుమన శ్శుచిఃప్రాత స్సువాసరే  
 యోగ్య సమ్మఖో మౌనీ నమస్కృత్య శివంహృది  
 రణ ధరాద్రవ్యం గృహ్ణీయా దుత్తరాశ్రితం"  
 (శార్దూల సంహిత)

'షధ సిద్ధినభిలషించు మానవుడు శుభదినమునందు ప్రాతః నిర్మల మనస్సుతో శుచియై, మౌనమును వహించి, హృద బరమేశ్వరుని గూర్చి ధ్యానించి, సూర్యునకభిముఖుడై, ప్రదేశమునందుత్తర దిక్కునందలి యోషధులను గ్రహిం న్నది.

'న్ని ఓషధులను గ్రహణ సమయమునందును, అదివారము (సూర్యగ్రహణము అదివారమైనబ్రశస్తము) గ్రహించుట

ష్యానుగ చూర్ణము అను ఔషధమును నిర్మాణమొనరించు ముక్తమగు ఓషధులను, పుష్కమి నక్షత్రయుక్త సువాసర హించుట సంప్రదాయబద్ధము. అమలకములను (ఉసిరిక త్రమాసమునందే గ్రహించవలసియున్నది. చైత్రమాసము హింపబడిన అమలకములుగాన చైత్రామలకములు. చైత్ర మాసములు వసంత బుతువు. బుతుప్రభావము ఓషధులయందే

ర్పడును. కనుక నామలకములాకాలమునకు పరిణతిజెందునని గ్రహించవలసియున్నది. రసాయన యోగమొనరించుటకు అమలకములకాయుచ్చేదము నందలి ప్రాముఖ్యత కలదు. శాస్త్రవిహితమైన విధుల నాచరించనిచో, సత్ఫలితము సమకూరుట సంభవము కానేరదు. ఔషధసిద్ధింబొందవలెననిన శాస్త్రవిహిత విధులనాచరించ వలసియున్నది.

ఔషధసిద్ధింబొందిన మహనీయులు సంకల్పమాత్రముననాకాశ గమనమొనరించుటయు అత్యద్భుత క్రియలం జేయుటయు, అదృశ్య యోగ సిద్ధింబొందుటయు నాశ్చర్యకరముగానోపదు.



## 12 పాదలేపము

పాదములకు లేపముజేయదగిన ఔషధముగాన పాదలేపము.

కొన్ని ఓషధుల సముదాయముచే గల్పింపబడి, లేపమొనరించుటకుపయుక్తమగు ఔషధము అయ్యుర్వేదశాస్త్రమున లేపమనినుడవబడినది. ఓషధులన్నియు నొకే విధమగు శక్తులను కలిగియుండవు. వివిధములగు ప్రభావములంగల్గి యుండును.

“దివ్యౌషధీనాం బహవ ప్రభేదాః  
బృందారకాణామివ విస్ఫురంతి  
జ్ఞాత్వేతి సందేహ మపాస్యధీరైః  
సంభావనీయా వివిధ ప్రభావాః”

(శార్లధర సంహిత)

దేవతలకు వివిధములగు ప్రభావము లేవిధముగా గలవో! ఆ విధముగనే దివ్యములైన ఓషధులకు వివిధములగు ప్రభావములు గలవు.

అట్టి ఓషధుల యొక్క ప్రభావమును సంశయరహితముగా గ్రహించి, విజ్ఞులచేబ్రయోగింపదగి యున్నది.

సర్వద్రవ్యముల యందు రసగుణ వీర్యవిపాక శక్తులనునవి కలవు.

“ద్రవ్యేరసోగుణోవీర్యంవిపాకశ్శక్తిరేవచ  
సంబంధేనక్రమాదేతాః పంచావస్థాః ప్రకీర్తితాః

(శార్లధర సంహిత)

ఇచ్చట శక్తియని పేర్కొనిన దానినే ప్రభావముగా భావించవలయును. రస గుణ వీర్య విపాకముల ననుసరించిగాని, అనుసరించక గాని ప్రభావముండును. ఈ ప్రభావముచే నాకాశగమనము, అద్భుతశయోగము, అద్భుతక్రియలనొనరించుటయు సిద్ధించుచున్నది.

“చేతకీచధృతాహస్తే యావత్తిష్ఠతి దేహినః

తావద్విరిచ్యతే దేహీతత్ప్రభావాన్నసంశయః

(ధన్వంతరి నిఘంటువు)

చేతకీ అను పేరు గల కరక్కాయ ఎంతదనుక హస్తస్థితమై యుండునో! అంతదనుక విరేచనములగునని నుడువబడినది. స్పర్శమాత్రముననే దీని యందలి ప్రభావము వ్యక్తమగుచున్నది.

“జ్వరంహతి శిరోబద్ధాసహదేవీ జటాయథా” సహదేవి యను ఓషధిని శీరమున ధరించిన జ్వరము నివారింపబడుచున్నదని, అర్కప్రకాశ అనువైద్యగ్రంథమున వివరింపబడినది. లజ్జాలు అనుఓషధి హస్తస్పర్శమాత్రముననే ముకులిత భావమును వహించుటవిదితమే మరియు నీ యోషధియొక్క సమూలచూర్ణము కొంత కాలము దనుక్ సేవించిన అర్శోరోగము (Hemorrhoids) నిశ్చయముగానిర్మూలమగునని వివరింపబడినది.

సహదేవీ, అపామార్గ, అర్జున, అశ్వత్థ, కుష్ఠ ఖదిర మున్నగు ఓషధుల యొక్కప్రయోజనము వేదమునందున వివరింపబడినది.

అర్శోఘ్న, వయస్థా, శోధఘ్నమున్నగు నామములు అఓషధుల వలన గల్గుప్రయోజనముననుసరించి ప్రవర్తిల్లినవే.

అశ్వగంధా, ఉగ్రగంధా, సర్పగంధా, భద్రపర్ణి, పృశ్నిపర్ణి, ముద్గపర్ణి, సోమవల్లీ, కోలవల్లీ, నాగవల్లీమున్నగు రమణీయమగు నామములుఓషధులకు గలవు.

రావణునిచేనపహరింపబడిన జాపకినిగానక, శ్రీరామచంద్రుడు  
 సీతాన్వేషణాతత్పరతతో, వ్యాకులచిత్తుడై, విలపించుచూ. సీతను  
 మీరలు గాంచితిరా! అని అరణ్యమున ఓషధులను గూర్చి పలికి  
 నట్లు, యీ శ్లోకముల వలన వ్యక్తమగుచున్నది. అతిరమణీయమగు  
 వర్ణనలతో వివిధములగు ఓషధుల పేర్లు పేర్కొనబడినవి.

“అపికాచిత్త్వయాదృష్టాసాకదంబప్రియా ప్రియా  
 కదంబ! యదిజానీషేశంస సీతాం శభాననామ్  
 స్నిగ్ధపల్లవసంకాశాపీత కౌశేయ వాసినీ  
 శంసస్వయదివాదృష్టాబిల్వ! బిల్వోఃపమస్తనీ

“అథవార్జున! శంసత్వం ప్రియాం తామర్జునప్రియాం  
 జనకస్యసుతా భీరుర్యది తీవతివానవా”

“కకుభః కకుభోరూం తాం వ్యక్తం జానాతి మైథిలీం  
 యథాపల్లవ పుష్పాఢ్యో భాతిహ్యేష వనస్కృతిః”

“భ్రమరైరుపగీతశ్చ యథాద్రుమవరో హ్యాయం  
 ఏషవ్యక్తం విజానాతి తిలకస్తిలక ప్రియాం”

“అశోక! శోకాపనుద! శోకోపహతచేతసం”  
 త్వన్నామానం కురుక్షిప్రం ప్రియా సందర్శనేన మాం”

“యది తాల! త్వయా దృష్టా పక్వతాలఫలస్తనీ  
 కథయస్వ వరారోహం కారుణ్యం యదితేమయి”

“యది దృష్టా త్వయా సీతా జంబు! జంబూఫలోపమా  
 ప్రియాం యది విజానీషే నిశ్శంకం కథయస్వమే”

“అహో! త్వం కర్తికా! రాద్య సుపుష్పై శ్శోభనే భృశం  
కర్తికారప్రియాసాధ్వీశంస దృష్ట్వాప్రియాయది”

“చూతనీపమహాసాలాన్పనసాన్కురవాంధవాన్  
వాడిమానసనాగ్నత్వా దృష్ట్వారామో మహాయశాః”

“మల్లికామాధపీశ్చైవ చంపకాన్ కేతకీస్తథా  
ప్రచ్ఛన్నామోవనేభ్రాంత ఉన్మత్త ఇవలక్ష్మ్యతే”

ఈరీతిగనే ఆంధ్రమహాభాగవతమునందలి పద్యములయందు  
ఓషధీనామములు పేర్కొనబడినవి. తిరోహితుడై చనిన కృష్ణుని  
గానక గోపికలు వనమునందలి ఓషధులనుగూర్చి పలికినట్లుకలదు.

“పున్నాగ! కానవే పున్నాగవందితు  
తిలకంబ! కానవే తిలకనిటలు

“ఘనసార! కానవే ఘనసారశోభితు  
బంధూక! కానవే బంధుమిత్రు

మన్మథ! కానవే మన్మథాకారుని  
వంశంబ! కానవే వంశధరుని

జందన! కానవే చందనశీతలు  
గుందంబ! కానవే కుందరదను

నింద్రభూజమ! కానవే నింద్రనిభవు  
గువలవృక్షమ! కానవే కువలయేష  
ప్రియక పాదప! కానవే ప్రియవిహారు  
ననుచు గృష్ణుని వెదకిరయ్యబ్జముఖులు”

ఓషధులను గ్రహించుట యందు నిషేదము శాస్త్రమునందే విధముగా విధింపబడినది.

“వల్మీక కుత్సితానూపశ్మశానోషర మార్గజాః  
జంతువహ్ని విషవ్యాప్తై నౌషధ్యః కార్యసిద్ధిదా”  
(శార్దూల సంహిత)

పుట్టు, వధ్యస్థానము, జలము. శ్మశానము, ఊసరక్షేత్రము, మార్గము యీప్రదేశముల యందుద్భవించినవియును, క్రిములచేతను అగ్నిచేతను, విషముచేతను, వ్యాప్తమైనవియునైన ఓషధులు కార్య సిద్ధినొసంగజాలవు. గాననీవిధమగు యోషధులు పరిహరణీయములు.

శాస్త్రవిధిననుసరించక ఓషధులనే సమయమందైనను, ఏప్రదేశమునందైనను గ్రహించి, సత్ఫలితము సమకూరలేదనుట, సముచితము కానేరదు.

ఔషధసిద్ధింబొందిన మహానీయునిచే గల్పింపబడిన పాదలేప ప్రభావముచే నాకాశగమనమొనరించి, సమస్తదేశములను, సర్వగిరులను, పుణ్యతీర్థములను, ద్వీపములను, పుణ్యవనములను, తోయధులను, పుణ్యనదులను, అందలి మహద్భుతంబులను అల్పకాలం గనుంగొనుట అశ్చర్యకరము కానోపదు.

ఓషధీగుణమును గూర్చి, కాశదాస విరచిత మేఘసందేశమహా కావ్యమునందు ‘జంబూకుంజప్రతిహతరయం తోయమాదాయగచ్ఛేః’ అనికలదు. నేరేడు పాదలచే నడ్డగింపబడి వేగము గలిగిన జలము పానయోగ్యమైనదనియు, శ్రమహరమనియు గ్రహించవలసియున్నది

మార్గయాన సంజనితశ్రమ జంబూకుంజ ప్రతిహతరయమగు

తోయముచే నివారింపబడునని అంతరార్థముగా పేర్కొనుట, కాళిదాస మహాకవి యొక్క వైద్యపరమగు ఓషధీగుణ పరిజ్ఞానమువిదితమగుచున్నది.

ధన్వంతరి నిఘంటువు అను వైద్యగ్రంథమునందు నేరేడు యొక్కగుణములను వివరించుచూ, నేరేడు మధురరసయుతమనియు శ్రమనుహరించుననియు జేర్కొనబడినది.

“రాజజంబూతు మధురా కోష్ఠాచ తువరా మతా  
స్వర్యామలస్తంభకరీ శ్వాస శోషశ్రూపహా  
ముఖజాత్యాతిసారఘ్న కఫకాస వినాశినీ  
రాజజంబూఫలంస్వాదు విష్టంభి గురురోచనం”

ఓషధులు దీపముల చందమున కాంతినొసంగునని కుమార సంభవమును కావ్యమున నీ రీతిగా వర్ణింపబడినది.

“వనే చరాణాం వనితా సఖానాం  
దరీ గృహోత్సంగ నిషక్తభాసః  
భవంతి యత్రైషధయో రజన్యా  
మత్తైల పూరాః సురతప్రదీపాః ”

హిమవత్సర్వత బిలమునందలి ఓషధులు రాత్రిసమయమున ప్రియురాండ్రతో గూడిన కిరాతజనుల యొక్క సురతకర్మలయందు అత్తైలపూరితమైన దీపములుగా ప్రకాశించుచున్నవి.

ఓషధులు సహజప్రకాశము గల్గియుండుటచే తైలపూరితము లేని దీపములని కవి వర్ణన.



సహస్రనామార్చనాదుల యందు కేశవునకు తులసీపత్రములు శివునకు చిల్వపత్రములు సమర్పించు ప్రసిద్ధసాంప్రదాయమంతరార్థముగా నోషధీప్రభావ ప్రయోజనమునూహించి యేర్పడినదని విదితమగుచున్నది. ఈ విధమగు పూజావిధానముచే మానవునకు మానసికాహ్లాదము, శారీరికారోగ్యము సంప్రాప్తమగుచున్నది. తులసీ చిల్వపత్రములు మానవశరీరమునకు హానినొనరించు సూక్ష్మజీవులను నిర్మూలమొనర్చును. మరియు వాతమును హరించును. తులసీ చిల్వగుణముల గూర్చి భన్వంతరి నిఘంటువునందు

“తులసీలఘుతిక్తోష్ఠా రూక్షాచ కఫవాతనుత్  
క్రమిదోషం హరత్యేషారుచికృద్వహ్ని దీపసి”

“చిల్వశృలాటు స్సంగ్రాహి దీపనో లఘు వాతజిత్  
పక్వస్తుజ్వరహృత్జ్వేయః హలకృభహరః పరః”

అని వివరింపబడియున్నది. మరియు చిల్వపత్రములచేనిర్మాణమొనర్చిన అర్కము శరీరదౌర్గంధ్యమును హరించునని అర్కప్రకాశ అను వైద్య గ్రంథమున “చిల్వ పత్ర భవాశ్కశ్చ దేహదౌర్గంధ్యవాశనః” అని పేర్కొనబడినది.

తులసిని గృహప్రాంగణమున నెలకొల్పి, ప్రత్యహము పూజజేయు సాంప్రదాయము ఆరోగ్యవిధానము ననుసరించి, ఆధ్యాత్మిక పరముగా నేర్పడినదే. తులసి నుండి వీచు వాయువులు మనోహ్లాదకరము, ఆరోగ్యప్రదము.

తులసీ మూలమునందు సర్వతీర్థములు, మధ్యమునందు సమస్త దేవతలు, అగ్రమునందు సకల వేదములు కలిగి యున్నట్లు తులసీ ప్రార్థన యొక్క అర్థము.

“యన్మాతే సర్వ తీర్థాని యన్మధ్యే సర్వదేవతాః  
యదగ్రే సర్వవేదాశ్చ తులసీంత్యాం నమామ్యహం”

పుష్పములతో భగవత్పూజనొనర్చుటచే, పుష్పములయందలి  
సుగంధము వలన సాంకేతికముగా నారోగ్యము సంరక్షింపబడు  
చున్నది.

ఓషధుల గూర్చియు మరియు పుష్పముల గూర్చియు నాంధ్ర  
మహాభారతము నంది విధముగా కలదు.

“ఓషధులమృతమయ్యుత్తమ వస్తు సం  
తతిలోన బుష్పవంతములు మేలు  
పుష్పముల్ గొని సుర పూజలొనర్చిన  
మానవులకు మంచి మనసు గలుగు  
నట్లు గావున సుమనోభిధానము పుష్ప  
ములకయ్యెదద్రవ్య పూజలిచ్చు  
నరుల కోర్కులు సుమనస్కత దీర్చుట  
నమరులు సుమనస్కులనగ జనిరి

కంపురూపు దెలుపు గలిగి యకంటక  
భూరుహాదు లందు బుట్టినట్టి  
పుష్పములబ్రియంబు బొందికై కొండ్రు ని  
ర్జరులు పూజనముల గురువరేణ్య”

ఓషధీసమిధలచే నవగ్రహాది దేవతల గూర్చి హోమమొనరిం  
చుటచే పలువిధములగు వ్యాధులు నివారింపబడుననియు, నిరోధింప  
బడుననియు తెలియందగియున్నది. అగ్ని హోమాశ్రునందు ఘృతాది  
ద్రవ్యములను హోమమొనరించుట వేదసమ్మతము. ఈ విధానము  
పయోజనరహితమని తలంచుట సముచితము కానేరదు. అగ్ని హో

త్రునందు హోమమొనర్చిన ఘృతాది ద్రవ్యముల యొక్క మరియు నోషధులయొక్క భూమప్రభావముచే మానవులకారోగ్యము సంభవ మగుట సశాస్త్రీయము.

నవగ్రహముల గూర్చి హోమమొనరింపదగిన సమిధల యొక్క నామములు శాస్త్రమునందీ రీతిగా కలవు.

“అర్కసమిధమాదిత్యాయ పలాశం సోమాయ  
ఖదిరమంగారకాయ అపామార్గం బుధాయ  
అశ్వత్థం బృహస్పతయే ఔదుంబరం శుక్రాయ  
శమిశ్చనైశ్చరాయ రాహవే దూర్జాః కేతవేకుశాః”

నవగ్రహములనగా! తొమ్మిది గ్రహములు ఈ గ్రహముల యొక్క నామములు వరుసగా సూర్యుడు, చంద్రుడు, అంగారకుడు బుధుడు, బృహస్పతి, శుక్రుడు, శని, రాహువు, కేతువు.

నవగ్రహముల కొరకు హోమము జేయదగిన ఓషధీసమిధల యొక్క పేర్లు వరుసగా జిల్లేడు, పనస, చండ్ర, ఉత్తరేణి, రావి, మేడి, జమ్మి, గరిక, దర్భలు. ఈ యోషధులు పలు విధ వ్యాదులను నశింపజేయును. ఈ విధమగు హోమ విధానము ఆధ్యాత్మికపరము మరియుననారోగ్యహరము. ఏతద్విధ భారతీయసంస్కృతి యంతయు నాయుర్వేద శాస్త్రముననుసరించి, ప్రత్యక్షముగ నాధ్యాత్మిక భావ మును, పరోక్షముగ నాయుర్వేద పద్ధతులను విదిత మొనరించుచు ప్రవర్తిల్లినదనుట నిర్వివాదము.

వైవాహిక సుముహూర్త సమయంబున గుడయుక్త జీరకమును (బెల్లము, జీలకఱ్ఱ) వధూవరుల శిరములంధరింపజేయు స్వాప్రదాయము, ఓషధీగుణ ప్రభావ ప్రయోజనమభిలషించి యేర్పడినదని విదితమగుచున్నది. జీలకర్ర వయస్థాపనము నొసంగును.

“జరానోప్రాప్యతేయస్మాన్మంగళం జభకర్మసు”

— జీ ర క గు ణ ము —

“రుచికర బలకారీ పితృ జోన్మాదహారీ  
జ్వరహరక్రిమిహరీ శ్లేష్మశూలాపహరీ  
వమనరుధిరహరీ సర్వగుల్మాపహరీ  
జనయతి జరరాగ్నిం జీరకం వాతహరీ”  
(ధన్వంతరి నిఘంటువు)

జీలకర్ర పలురోగములను నిర్మూలన మొనర్చుననియు, క్రిమి హరమనియు జెప్పబడినది. జెల్లము ధాతు వృద్ధికరము.

విజ్జులగు మనుజులు అనవరతము నోషధిని ధరించవలయు నని, అష్టాంగహృదయమునందు

“ధారయేత్ సతతం రత్న సిద్ధమంత్రమహాషధీః”

అని నుడవబడినది. ఏతద్విధానాను సరణీయముగ ప్రాజ్ఞులగు మను జులు తులసి మాలలు, రుద్రాక్షలు, మరియు నీశ్వరి మున్నగు ఓష ధులను ధరించుట విదితము.

— ఈ శ్వ రి గు ణ ము —

“ఈశ్వరీకటు తిక్తోష్ఠావాతశ్లేష్మ కృమీన్ జయేత్  
గుల్మోదరాశ్మరీకుష్ఠ విబంధాధ్మానకానిచ  
త్రిదోషశమనీ వర్ణ్యా లూతా సర్ప విషాపహా  
భూతబాధాం రాక్షసీనాం పీడాంచై వ వినాశయేత్”  
(ధన్వంతరి నిఘంటువు)

ఈశ్వరి అను ఓషధి కటుతిక్త రస యుక్తము. ఉష్ణకరము. వాతమును, స్లేష్మమును, క్రిములను, గుల్మరోగమును, ఉదరరోగమును, అశ్మరిని, కుష్ఠవ్యాధిని, మలబంధమును, కడుపు ఉబ్బరమును నశింపజేయును. త్రిదోషశమనము. దేహకాంతి నొసంగును. లూతా విషమును, సర్కవిషమును హరించును. భూతముల వలన, రాక్షసుల వలన గలుగు బాధలను వినాశనమొనర్చును.

ఈ ఓషధిని భానువాసరయుత సూర్యగ్రహణ సమయమున గ్రహించుట కార్యసిద్ధి దాయకమని ప్రాజ్ఞుల యొక్క భావము.

వివాహాది శుభ సమయముల యందు మరియు పర్వదినముల యందు, మంగళతోరణములుగా మామిడి అకులను గృహప్రాంగణ మందలంకరించు సాంప్రదాయము ఓషధి సత్ప్రయోజనమునూ హించి యేర్పడినది.

ఓషధిని నేనేఅని కృష్ణపరమాత్మ అర్చునుని గూర్చి పలికినట్లు భగవద్గీతయందలి "అహంక్రతురహంయజ్ఞః స్వధాహమహమోషధం" అను శ్లోకము వలన వ్యక్తమగుచున్నది. కనుక ఓషధి పరమ పవిత్రము. మరియు భగవద్గీతయందే "అశ్వత్థస్సర్వవృక్షాణాం" అని రావి వృక్షమునకు గ్రాధాన్యత గల్గింపబడినది. అశ్వత్థమనగా! రావి రావి యొక్క గుణము ధన్వంతరి నిఘంటువు నందు యీవిధముగా వివరింపబడినది.

"పిప్పలో దుర్జరశ్శీతః పితృశ్లేష్మప్రణాసజిత్  
యోని దోషం రక్తదోషం దాహపిత్తకఫాన్ జయేత్"

శ్రీశంకరాచార్య విరచిత శివానందలహరిలో, భగవత్స్థాయు జ్యము నాకాంక్షించు భక్తుని యొక్క చేతోవృత్తింగూర్చి, ఉపమానముగా "అంకోలం నిజవీజసంతతిః.....స్రావ్యోతి" అని పలుకబడినది. అనగా! ఊడుగచెట్టునుండి, పండిరాలిపడిన ఊడుగ వీజములు, సహజముగనే ఊడుగచెట్టు యొక్కమూలము నాశ్రయించి గుండును. ఇచ్చట ఓషధియొక్క సహజస్వభావము వివరింపబడినది

## \* ప ల శ్రు తి \*

విద్వద్వైద్యవరేణ్యులున్ సుకవులున్ విజ్ఞాన సంపన్నులున్  
విద్వాంసుల్ ముదమంద వ్రాసితిని సంవిస్తారమేపారగా  
నుద్వేగంబుననెవ్వరీ కృతిని యచ్చాత్తించునవ్వారికిన్  
సద్వాంఛా ప్రతిపాది గావుత గృహన్ క్షౌజాప్రియుండెప్పుడున్”

సాహితీయుత సద్వైద్య సరణి మెలగు  
సజ్జనావలికెలమిని సర్వవిభవ  
భవ్య సమ్మోద కామ్యార్థ భరిత చిరత  
రాయురారోగ్య సంసిద్ధియమరుగాత.

సంపూర్ణము

స మ స్త స న్మ ం గ శా ని భ వ ం తు

శ్లోకం తి శ్లోకం తి శ్లోకం తిః

